Consúmase después de abierta

cocina 01

Cítricos

El lado ácido de la vida

4 Ceviches
con sabor
y frescura

Limonadas
una moda
muy natural

Mystique
le pone sal
a Medellín

ISSN 0124-4019
Colombia
$ 7.900

Preparamos los mejores Chefs!

Primer Puesto, en el 1er. Concurso Nacional de Escuelas de Cocina, Organizado por la Asociación Colombiana de Chefs.

Medalla de Bronce en la Copa Culinaria de las Américas y en ACF Florida Students Team Competition / Orlando,Florida.

Convenios con Escuelas de Cocina en Brasil, Argentina, México, Perú, Venezuela, Ecuador, Aruba, España, Italia.

Especializaciones en España e Italia.

www.academiaverdeoliva.com

Inicie su carrera de Chef

Resolución, 01-0204 del 4 de Diciembre de 2009 de la Secretaría de Educación

Técnico Laboral por Competencias en Cocina

Diurna / 1.800 horas.

Intensidad Horaria: 5 días a la semana, 4 horas diarias, 4 semestres, 2 años. Pasantías nacionales e internacionales, 520 horas.

Iniciamos programa: 26 de Julio de 2010

Técnico Laboral por Competencias en Cocina

Intensiva / Nocturna / 824 horas.

Intensidad Horaria: 3 días a la semana, 4 horas diarias, 4 cuatrimestres, 1 año y dos meses. / Pasantías nacionales e internacionales, 200 horas.

Iniciamos programa: 31 de Mayo de 2010

Cursos de formación avanzada

- Básico
- Mundial
- Carnes
- Pastelería Módulos 1 y 2
- Pescados y Mariscos
- Montaje Administración de Bares y Restaurantes
- Seminario y Organización de Marketing y Eventos

Cursos cortos especializados

- Cocina Básica
- Cocina Española
- Cocina Tailandesa
- Cocina Mexicana
- Cocina Italiana
- Cocina Francesa
- Cocina Mediterránea
- Cocina para Niños
- Introducción a la Cocina para Jóvenes
- Cocina Mundial para Jóvenes
- Cocina para Bebés
- Brunch
- Programa de Parrilla
- Ensaladas
- Comidas Rápidas Gourmet
- Sushi
- Cocteles y Pasabocas
- Repostería Básica
- Chocolatería
- Cocina Asiática
- Cocina Peruana
- Cocina Árabe
- Panadería Módulo 1
- Cocina Vegetariana

Reserva yá tu cupo!

VERDEOLIVA

Academia de Cocina

VERDE OLIVA

Calle 102 No. 14 A - 40

PBX: (571)257 79 09

Bogotá - Colombia

Felicitaciones por la nueva revista **Cocina Semana**. Para celebrar, quiero compartir la receta del Dry Martelo en honor a Ernesto Carlos 'Bebé' Martelo. Durante nuestros recordados almuerzos en Cartagena soliamos preparar este trago en un vaso alto con ginebra, agua de coco congelada en cubos y un *twist* de limón. Ojalá se animen a prepararlo y a disfrutarlo.

Fernando Martelo, Bogotá

Felicitaciones por el lanzamiento de la revista **Cocina Semana**. Excelente diseño, fotografía y contenido. Sin embargo, vemos muy tímido el espacio dedicado a los restaurantes del país y nos imaginamos que pronto les darán un lugar más merecido e incluso pasaran por las ciudades más importantes del país.

Silvia Hincapié Hincapié, Medellín

Observo que en ninguna parte de la nueva revista **Cocina Semana** se hace mención al café. No se debe olvidar que es el único producto gastronómico por el cual se reconoce a Colombia en el mundo; tiene mayor variedad en cepas, aromas y sabores que los vinos; la Unesco está próxima a declarar el paisaje cafetero colombiano como patrimonio de la humanidad; y el café sigue siendo el principal producto agrícola colombiano de exportación. Por todo esto, los invito a incluir el café en la revista.

Luis F. Velez, Bogotá

La semana pasada me llegó la revista **Cocina Semana**, y cada noche lei un pedacito. Me gustó mucho y escribo para felicitarlos por este producto. Me encanta la cocina y el vino, así que intentaré leerlos continuamente.

Lilian Contreras, Bogotá

Comparta en **Cocina Semana** sus recetas y *tips* culinarios, enviándolos al correo

cocina

DIRECTOR
Mauricio Sojo Vásquez

EDITOR GENERAL
Camilo Henao Medina

COORDINADORA EDITORIAL
María Carolina Riaño Afanador

REDACCIÓN
Vanessa Rosales Altamar
Alejandro Villate Uribe
Manuel Hernán Orozco Carrillo

CORRECCIÓN
Carlos Eduardo Correa Montoya

EDITOR DE ARTE
Rodrigo Ospina Castro

DISEÑO
María Fernanda Quintero Casas

EDITOR DE FOTOGRAFÍA
Mario Inti García Mutis

FOTOGRAFÍA
Esteban Eljalek
Clara Moreno
Jupiter
AFP
Corbis Images

PRODUCCIÓN
Eduardo Luís Gómez Taboada

ILUSTRACIÓN
Diego Patiño
Pedro Covo

GERENTE GENERAL
Elena Mesa Zuleta

GERENTE COMERCIAL
Isabel Cristina Calle Villa

DIRECTORA COMERCIAL
Alexandra Villamizar Bernal
avillamizar@semana.com
Tel.: 646 8400 Ext: 1302-1303

GERENTE DE CIRCULACIÓN
Iván Jaramillo Price

GERENTE DE NUEVOS MEDIOS
Sergio Quijano Llano

GERENTE DE MERCADEO
Truddy Harker

GERENTE FINANCIERO Y ADMINISTRATIVO
Felipe Albán Daza

DIRECTOR DE PRODUCCIÓN
Orlando González Galindo

DIRECTOR DE DISTRIBUCIÓN
María Cristina Calderón

PREPRENSA DIGITAL
Publicaciones Semana S.A.

IMPRESIÓN
Panamericana Formas e Impresos S.A.
Impreso en Colombia
Printed in Colombia

Hecho en Colombia

Recicle esta revista

CALL CENTER
DIRECTOR: Diego Fernando Almonacid Castillo
SERVICIO AL CLIENTE
Calle 938 No. 13-67 Bogotá LÍNEA NACIONAL GRATUITA: Tel 018000511300
Bogotá 6383535 - Fax 6368800 Ext. 1185, Medellín 3117755 - Fax 2684103, Cali 6651220 EXTAT: servicioalcliente@semana.com
DIRECTORA SERVICIO AL CLIENTE: Mireya Almeciga C.
SUSCRIPCIONES
LÍNEA NACIONAL GRATUITA: Tel.018000514141 Bogotá 6383521, Medellín 3117755, Cali 6605122
COORDINADOR: Emerson Vega
RENOVACIONES
LÍNEA NACIONAL GRATUITA: Tel.018000512222 Bogotá 6383500, Medellín 3117755, Cali 6605122
COORDINADORA: Tatiana Umaña

DIRECTORA DE DISTRIBUCIÓN: María Cristina Calderón A. JEFE DISTRIBUCIÓN: Edgar González
DIRECTOR DE PRODUCCIÓN: Orlando González Galindo
JEFE DE PRODUCCIÓN: Carlos Boada ASISTENTE: Ricardo Vargas
PREPRENSA DIGITAL: PUBLICACIONES SEMANA
JEFE DE SERVICIO AL CLIENTE MEDELLÍN: Solmibian Palacio Tels.: (94) 3117755 - Fax: 2684103

REPRESENTANTES DE DISTRIBUCIÓN Y VENTAS: ARMENIA: SERVIMERCADEO Teléfax: 7467500-7467588 BUGALA: Proser Ltda. Tels.: 2533695 - 2536247 - 2536330 CALI, MARKETING Tels.: (5) 3800777 - 3893666 - 3680744 BOGOTÁ: CYDCOR LTDA Tels.: 5180868 - 4839400 - 4829916 SUSCRIPCIONES Y REVISTAS LTDA. Tels.: 5334598- 6912352 - 6912347 BRM WUNDERMAN S.A. Tels.: 7422668 Ext.: 1031 - 6108637 B/MANGA: S&M Servicios y Mercadeo & Cía. Ltda. Tlfx.: (7) 6438868 Línea de Servicio al cliente: 01 8000 511100 CALI: Tels.: 6695170 - 6695122 CARTAGENA: PROSUR Tels.: 95-6641868 - 95-6692384 CÚCUTA: REPRESENTACIONES A.T. Tel.: 5725996 - 2158618/107 DUITAMA: Línea de servicio al cliente: 01 8000 511100 FLORENCIA: Línea de servicio al cliente: 01 8000 511100 IBAGUÉ: S&M Servicios y Mercadeo y Cía. Tels.: (8) 2649923 - 3105139234 Cel. MANIZALES: SERVIMERCADEO Teléfax: 8871212 MEDELLÍN: ALLUS - TEL 5107896 MONTERÍA Y SINCELEJO: Mensajería Confidencial y Trámites Ltda. Tels.: 811414-811515 AVANZADA Tel: 4 - 2907557 PALMIRA: Tel.: 6605170 Línea nacional gratuita Tel: 018000511100 PASTO: Mc Mensajería Confidencial S. A. Pasto Tel: 7230399 Fax: 7237396 - 7225960 PEREIRA: SERVIMERCADEO Teléfax: 3366665 POPAYÁN: Línea nacional gratuita Tel.: 018000511100 RIOHACHA: Mensajería Confidencial y Trámites Ltda. Tel: 7275618 SAN ANDRÉS: Dotornos Comercializadora. Tel.: 5123131, SANTA MARTA: PROSER Tels: 4317935 - 4317590 SINCELEJO: Mensajería Confidencial Sucre Tel: 952-813401 SOGAMOSO: Línea de servicio al cliente: 01 8000 511100 TULUÁ: SERVIMERCADEO Teléfax: 2256302 TUNJA: Línea de servicio al cliente: 01 8000 511100 VALLEDUPAR: Mensajería Confidencial Tel: 5805699 VILLAVICENCIO: Distrotiempo (098) 6682109 YOPAL: Línea de servicio al cliente: 01 8000 511100 DISTRIBUCIÓN INTERNACIONAL: EE. UU., MIAMI: DL Distribuidora Internacional (305) 5955605 e-mail: revista_dl@hotmail.com, EMAIL: unmedia@aol.com/8594384229 Fax: (954) 3653551 NEW YORK: Latin American (718) 478-6692 Fax:(718)458-4774 SUSCRIPCIONES INTERNACIONALES: MIAMI: DL Distribuidora Internacional Tel.: (305) 5955605

EDITOR Publicaciones Semana SA. DISTRIBUCIÓN: Distribuidora Unidas PRINTED IN COLOMBIA/IMPRESO EN COLOMBIA: Printer Colombiana
LICENCIA MIN. GOBIERNO No. 0108 DE 1982 TARIFA POSTAL REDUCIDA No. 2008-200 SERVICIOS POSTALES NACIONALES S.S.A.

© Publicaciones Semana S. A. Todos los derechos reservados. Prohibida la reproducción total o parcial sin autorización expresa de Publicaciones Semana S. A.
ISSN 0121-4837

EL EXCESO DE ALCOHOL ES PERJUDICIAL PARA LA SALUD (LEY 30 / 1986)
PROHIBASE EL EXPENDIO DE BEBIDAS EMBRIAGANTES A MENORES DE EDAD (LEY 24 / 1994)

Llévalo siempre contigo.

Para la indigestión, pesadez
y llenura, ***LUA. Sal de Frutas LUA.***

Alivio de LUA, Alivio de UNA.

Es un medicamento, no exceder su consumo. Leer indicaciones y contraindicaciones en el empaque. Si persisten los síntomas consulte con su médico.
Medicamento de venta libre. Registro Sanitario Invima No. 2008 M-010211-R2.

mise en place

Tablas de conversiones
Los símbolos de sabor 08

Libros y web
Entre la pantalla y el papel 10

La gaveta
Procedimiento para preparar un buen café 12

Ingrediente del mes
El lado ácido de la vida 14
Cena de la A a la Z 20
Ceviches: sabor y frescura 34
Agua de limones vamos a jugar 40
Cocteles: ácido y con actitud 42
Lazos familiares 46
Retorno a la semilla 48
Carácter veraniego 50

Destinos
Valencia tópica y típica 16

Cocinas
Ideas para una cocina pequeña 64
Diseño: *gadgets* biches 66
Entre fuegos 68

Historias
Diferencias 'a manteles' 70
Andrew Zimmern: Sin querer queriendo 72

Vinos y Licores
Limarí, mirador de estrellas 52
Notas de cata: Los tintos y blancos de Limarí 54
Sauvignon blanc, besos de limón 56
Sauvignon blanc, la cepa cítrica 58
Frío para el vino 60
Brunch: sin prisa pero sin pausa 62

Restaurantes
Juan Pablo Valencia: por el respeto 74
elBulli en cifras 76
Reviews: Karal y Amaranto 78
Juan del Mar subió a la capital 80

Dulce final 82

ESCUELA DE GASTRONOMÍA
INSTITUTO SUPERIOR MARIANO MORENO
Argentina - Colombia - México

Descubre el mundo **cocinando**

INSTITUT WORLDWIDE PAUL ALLIANCE BOCUSE

Estudia en la Escuela de Gastronomía Mariano Moreno.
Otra forma de ver y de alcanzar el mundo.

INSCRIPCIONES ABIERTAS

Cursos cortos para aficionados:

- Wok
- Sushi
- Cocina Italiana
- Parrillada Argentina
- Cocina Navideña
- Cocina Mediterranea
- Cocina Cubana
- Postres y Tortas
- Ensaladas y vinagretas
- Salsas y Carnes

Bogotá tels 619 7040 - 345 9600 - Medellín (4) 448 7444
www.ismm.com.co

Tablas de conversiones

Antes de preparar su receta favorita, lea al pie de la letra este Manual de Instrucciones Enogastronómicas para que nada falte o falle a la minuta. ¡Ahora, manos a la obra!

Temperatura

Grados centígrados (°C)	Grados Fahrenheit (°F)
260	500
230	445
180	355
100	212
65	150
0	32

*Los valores son aproximados

La fórmula de conversión

- Si quiere convertir de °C a °F: multiplique la cantidad por 9, divídala entre 5 y súmele 32.
- Si quiere convertir de °F a °C: Réstele 32 a la cantidad, multiplíquela por 5 y divídala entre 9.

Volumen

Producto	Tazas
1 libra de harina de trigo o maíz	2 y 1/4 tazas
1 libra de mantequilla	2 tazas
1 libra de azúcar	2 y 1/3 tazas
1 libra de arroz	2 y 1/2 tazas

Otras conversiones

Cucharadas	Mililitros	Tazas	Gramos
1 cucharadita	5 mL	1/48 de taza	5 g
1 cucharada	15 mL	1/16 de taza	15 g
2 cucharadas	30 mL	1/8 de taza	30 g
4 cucharadas	60 mL	1/4 de taza	60 g
8 cucharadas	120 mL	1/2 de taza	120 g
16 cucharadas	240 mL	1 taza	240 g
33 cucharadas y 1 cucharadita	500 mL	1/2 litro o 1 libra	500 g

Libra: en Colombia equivale a 500 gramos.

Ésta será su carta de navegación. Memorice y familiarícese con cada ícono. Le serán útiles a la hora de escoger la receta ideal.

- Desayuno
- Almuerzo
- Cena
- Picar
- Entrada
- Plato fuerte
- Postre
- Tiempo
- Picante
- Dietética
- Vegetariana
- Fácil de hacer
- Medio
- Complicado
- Para enamorar
- Acompañamiento

Cada plato busca su vino entre tintos astringentes, blancos ácidos, rosados refrescantes y espumantes alegres.

Vino blanco	Cinco Uvas: Excelente
Vino tinto	Cuatro Uvas: Muy Bueno
Vino rosado	Tres Uvas: Bueno
Espumantes	Dos Uvas: Regular
	Una Uva: Malo

NUEVAS

SALSAS PREMIUM BUCATTI

Atraviesa el mar sin salir de casa
*con las nuevas **Salsas Premium Bucatti**.*
Tres exquisitas recetas italianas elaboradas
con ingredientes frescos y naturales, para
que disfrutes un viaje de placer en cada plato.

SALSAS PREMIUM
BUCATTI
Sabores del Mundo

IMPORTADO POR
harinera del valle s.a.

Fotos: Clara Moreno

Un recorrido virtual por lugares, diseños y opiniones que hacen cultura gastronómica en el mundo, así como los cocteles más famosos del agua de vida.

www.acomerafuera.com

Encuentre los mejores restaurantes de Medellín y Bogotá en este práctico directorio digital que presenta menús, cartas de vinos y números de contacto de más de 40 restaurantes. Arme su plan para cualquier momento del día.

www.evasolo.com

Eva Solo se constituye como una de las casas de diseño danesas más importantes y representativas. Creada en 1997 a partir de la fusión del conocimiento con las nuevas tendencias, sus diseños para la cocina se han convertido en objetos icónicos.

www.eatmedaily.com

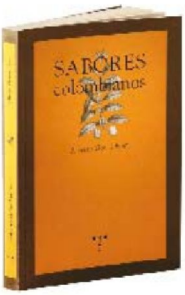
Este *blog* experimenta y expone el mundo de la gastronomía con un toque crítico. Descubra sus novedades y viaje por el mundo mientras disfruta de los géneros musicales destinados para las cebollas, los pescados, los postres y el paladar de los sibaritas.

www.absolut.com

Ideal para los amantes de este *aqua vit* que quieren convertirse en el bartender de su hogar. Esta destilería sueca ostenta su página inspirada en las creaciones más importantes. Aprenda cuándo batir o revolver un coctel, y a preparar un swinging oriental con jugo de durazno y té de jazmín.

Sabores colombianos

Autor: Alberto Gómez Font
Editorial: Trea
Páginas: 243



El aroma del café, la textura aterciopelada de la guama y la guayaba agria forman parte de los recuerdos que se incrustaron en la mente de Alberto Gómez Font, filólogo español quien vivió su infancia en Colombia. En su libro *Sabores Colombianos*, un álbum familiar de sentimientos, sensaciones y vivencias, narra las mágicas e inolvidables memorias que le dejó este país.

Los invitamos a devorar las páginas de estos cuatro libros entre aromas de nuestra tierra, el menú de la mascota consentida y los nuevos postres clásicos con sal gruesa.

Por Margarita Bernal

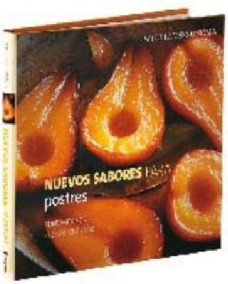
A otro perro con ese hueso

Autor: Ingeborg Pils
Editorial: Parragon
Páginas: 79

Que tire la primera piedra quien no ha compartido con su mascota un bocado de su comida. Está comprobado que los perros disfrutan la variedad, pero es importante mantener una dieta balanceada para contribuir a su felicidad y salud. Este libro ofrece recetas ricas y sencillas que han sido saboreadas con gran placer por diferentes razas caninas. ¡Guau!

Nuevos sabores para postres

Autor: Williams, Sonoma
Editorial: Advanced Marketing
Páginas: 160



Ingredientes como albahaca, pimienta, vinagre y sal marina son una invitación a arriesgarse y crear diferentes combinaciones de postres clásicos, como las tartaletas o la *crème brûlée*, una novedosa explosión de sabores, aromas y texturas. El límite entre lo salado y lo dulce se desvanece. Es un libro ideal para aquellos que les gusta sorprender e innovar.

Nuevo AdeS,
la deliciosa bebida con soya y nutrientes que ayudan a fortalecer tu cuerpo.*

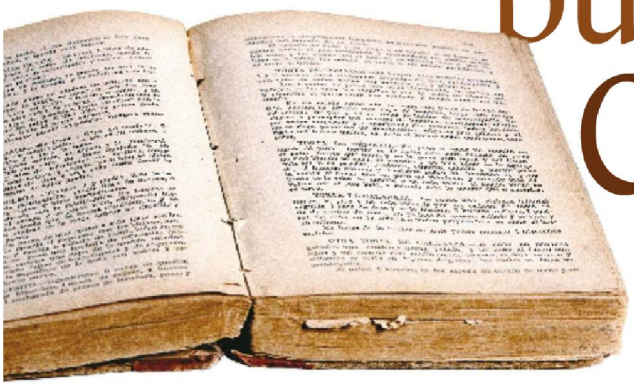
AdeS es soya + jugo de fruta natural
+ 6 vitaminas, ácido fólico, hierro y zinc.

*Las vitaminas, hierro y zinc que contiene AdeS ayudan a fortalecer el cuerpo. Consumir dentro de una alimentación balanceada y estilo de vida saludable.

Línea SAC: 01-8000-517464

Foto: Clara Moreno

Procedimiento para preparar un buen café



Tomado del *Manual práctico de la cocina para la ciudad y el campo*. Cuarta edición. Elisa Hernandez S. Año 1916.

Lo más esencial para obtenerlo es la manera de tostarlo, lo cual se debe hacer a fuego lento e igual, revolviéndolo sin cesar para que tueste por parejo.

Aunque esta operación se hace en tostadores de hierro puede de emplearse la callana u otra vasija de barro, las cuales por su porosidad, absorben el agua de vegetación y facilitan la desecación previa del grano.

El verdadero punto del café es cuando el grano está brillante, despide humo y al moler tiene un color castaño subido. En este punto se le debe agregar la panela (4 onzas para 1 libra de café), la cual se debe tener hirviendo en una pailita o cacerola con poco agua hasta quemarla, al mismo tiempo que se tuesta el café, se retira inmediatamente del fuego, pasándolo a otro trasto o sobre la piedra de moler, pues el contacto de un cuerpo frío y el aire atmosférico que afectan bruscamente al grano, contienen la evaporación del aceite esencial y lo concentran en el grano.

Es perjudicial cubrir el café con una servilleta luego que concluye la tostada, porque de esta manera el café pierde todo su aceite esencial o aroma, el cual queda impregnado en el lienzo.

Después de molidos deben guardarse en un pote de vidrio, evitando usarlo de hojalata, y se tapa herméticamente. Es conveniente no tostar sino la cantidad destinada al consumo del día, para que no pierda nada de su exquisito aroma y de su agradable sabor.

Para destilarlo, es preferible un saco de bayeta blanca y de figura cónica a aparatos de metal, empleando el agua muy pura y hervida rapidamente. Esta en ebullición, se vierte en dos partes: primero la mitad, y luego que haya salido ésta, se echa la otra parte, es decir, se destila como el té.

Cuando el café se tuesta, se puede prescindir de agregarle panela, para las personas a quienes esto no les agrada, pues es la voluntad.

Esta bebida activa la circulación de la sangre, es antiséptica y microbicida. Después de la comida ayuda a la digestión, refresca y entona.

luego: modo clásico de escribir 'luego' que fue modificado tras la evolución del idioma español.

Letras servidas

Como agua para chocolate

Laura Esquivel

"Mi abuela tenía una teoría muy interesante; decía que todos nacemos con una caja de fósforos adentro, pero que no podemos encenderlos solos... necesitamos la ayuda del oxígeno y una vela. En este caso el oxígeno, por ejemplo, vendría del aliento de la persona que amamos; la vela podría ser cualquier tipo de comida, música, caricia, palabra o sonido que engendre la explosión que encenderá uno de los fósforos. Por un momento, nos deslumbra una emoción intensa. Una tibieza placentera crece dentro de nosotros, desvaneciéndose a medida que pasa el tiempo, hasta que llega una nueva explosión a revivirla. Cada persona tiene que descubrir qué disparará esas explosiones para poder vivir, puesto que la combustión que ocurre cuando uno de los fósforos se enciende es lo que nutre al alma. Ese fuego, en resumen, es su alimento. Si uno no averigua a tiempo qué cosa inicia esas explosiones, la caja de fósforos se humedece y ni uno solo de los fósforos se encenderá nunca".

© 2010 Doctor's Associates Inc. Imágenes con sólo para referencia. SUBWAY® es una marca registrada de Doctor's Associates Inc.

estrategia visual

PARA GRANDES APETITOS

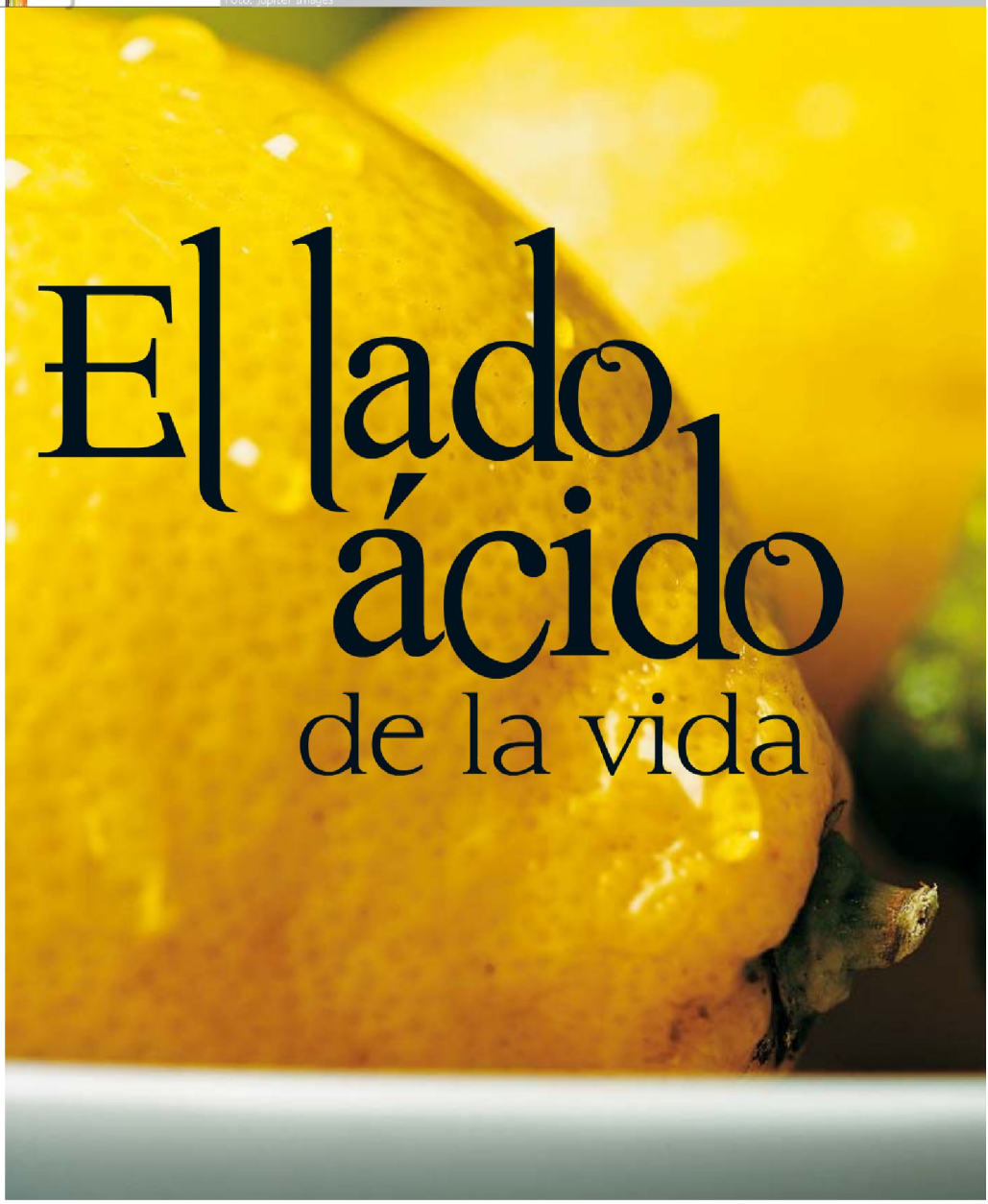
subs de 30 cms

BOGOTÁ • MEDELLÍN • CALI

SUBWAY™

elige bien.

Foto: Jupiter Images



El lado ácido de la vida

Oriundo de Asia tropical, el universo *citrus* se expande para refrescarnos con aguas, nieves, confitados, jugos, gajos, caminatas perfumadas entre árboles de azahares valencianos y al final una copa de sauvignon blanc.

Fotos: AFP

Valencia
tópica y típica

A comienzos del siglo XXI la Copa América de regatas, la Fórmula Uno y las delirantes estructuras arquitectónicas de Santiago Calatrava en la Ciudad de las Artes y de las Ciencias conformaron la tradición y la modernidad de una Valencia española visionaria y discutida.

Mikel González Galán: Director de Producto de Viajes Mundo Amigo S.A en Madrid, España.

Por Mikel González Galán

En 1924, el maestro almeriense José Padilla compuso una zarzuela hoy relegada al olvido: *La bien amada*. Uno de sus números, adaptado a la castiza forma de pasodoble, obtuvo tales niveles de éxito que aún se sigue pregonando por el mundo con el nombre de una hermosa ciudad:

Valencia es la tierra de las flores,
de la luz y del amor.
Valencia, tus mujeres todas tienen
de las rosas el color.
Valencia, al sentir cómo perfuma
en tus huertos el azahar
quisiera, en la tierra valenciana
mis amores encontrar.

Continuo citando a Padilla: *la blanca barraca, la flor del naran-jo, la huerta florida de almendros en flor*. Y es que si algo hay importante en Valencia es la huerta, y la naranja valenciana, en este sentido, ha llegado a adquirir categoría de mito. Hay quienes argumentan que al agricultor valenciano históricamente le ha faltado imaginación para lanzarse a otras aventuras hortofruticolas; que los levantinos enseñaron a extremeños, sevillanos, marroquíes y argelinos los secretos de su cultivo. Y así, son muchos los países del Magreb que disputan a Valencia la primacía de los míticos frutos dorados del jardín de las Hespérides, que tantos quebraderos de cabeza dieron al esforzado Hércules. Pero desde luego, en ninguno se exalta de forma tan evidente la cultura del cítrico como en Valencia.

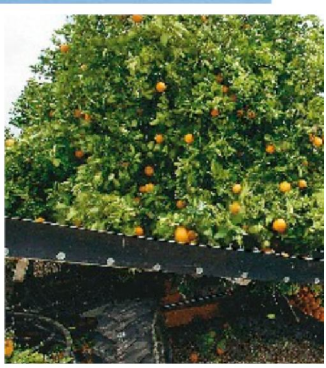
El viajero curioso que pasea por su centro urbano descubrirá multitud de detalles referidos a naran- ▶

jas, clementinas, mandarinas, pomelos y limones en las delicadas mayólicas y vitrales que recubren fachadas y decoran suntuosos interiores. Es el caso del Mercado de Colón, obra del arquitecto Francisco Mora Berenguer; o de la Estación del Norte y su fachada trufada con motivos vegetales, naranjas y flores de azahar.

Pero ¿dónde hay naranjas en Valencia? El viajero que llegue a estas tierras desde el norte costero pasará por Sagunto, gran potencia en cítricos. Más cerca de la capital, Puzol, se encontrará con un auténtico santuario de la naranja. También algunos pueblos arroceros de toda la vida, como Campo del Turia, Bétera, Náquera, Ribarroja del Turia; y en las localidades de Culera, Sueca y Llauri se obsesionaron hace décadas con que el naranjo iba a mejorarles la vida. Hacia Alicante, en el sur, Tabernes de Valldigna y Gandia, con Oliva y Játiva son grandes potencias en el asunto.

El País Valenciano ha cambiado mucho desde entonces, y quizás ahora las naranjas provoquen más sinsabores que alegrías a sus productores. Quedan los exquisitos zumos que en toda la región se preparan con los frutos aquí cultivados en base a una rigurosa temporalidad.

Existe cosecha de naranjas Navelinas durante noviembre, diciembre y enero; de naranjas Navellane-late en febrero, marzo y abril; y de naranjas Valencia-late durante mayo y junio; así como mandarinas Clemenules durante los últimos cuatro meses del año. Y un brebaje poco conocido, el agua de Valencia, una deliciosa combinación de zumo de naranja y cava bien frío, ayuda a soportar las tórridas noches veraniegas en uno de los litorales mediterráneos más hermosos. No podemos olvidar la flor del azahar, cuando las ramas del naranjo cubren de blanco toda la región con su dulzón olor.



De paellas y azahares

Pocos españoles y casi ningún extranjero saben que el vocablo paella no designa una receta sino un recipiente necesario para realizar uno de los platos de arroz más exquisitos y elaborados del mundo. Podríamos vincularlo con el italiano padella, una gran sartén circular. Para elaborarla se precisa de arroz tipo bomba, pollo, conejo, garrafón, tavella, tomate natural rallado, ferraura, alcachofas, aceite de oliva virgen, pimentón rojo dulce y molido, hebras de azafrán, sal y agua; y de una técnica precisa y complicada que incluye dejar caer el arroz 'en caballón' o en surco y rematar con romero fresco.

Muchos se preguntan dónde degustar las mejores paellas en Valencia. Los que apuesten a la fija, deben desplazarse hasta el antiguo barrio del Cabañal cerca de la playa de la Malvarrosa y del Balneario de Las Arenas. Donde Valencia se asoma al Mediterráneo, sobreviven míticas direcciones como La Pepica, La Marcelina o El Estimat, en las que cientos de familias locales siguen acudiendo en glotona peregrinación los fines de semana para degustar un recetario limitado de clásico: paella valenciana, arroz a banda y arroz negro.

Quienes buscan algo más refinado y menos concurrido prueben suerte en el restaurante El Tridente del Hotel Neptuno. Ofrecen sofisticados arroces de elaborada preparación de la mano del chef Raúl Aleixandre. Pruebe su célebre *Ca'Sentó*, arroz a la plancha con gamba de Denia y arroz marinero en perol.

Diseñada por Santiago Calatrava y Félix Candela, La Ciudad de las Artes y las Ciencias se erige como uno de los mayores complejos culturales de Europa.

Las Fallas

Las fiestas más famosas de Valencia son las Fallas. El gran día es el 19 de marzo, cerca del equinoccio de primavera y de la festividad de San José Obrero. No se celebra solamente alrededor de un santo sino de una metamorfosis: el paso del invierno a la primavera, de la oscuridad a la luz, del aletargamiento a la vida. Las hogueras, derivadas del latín *Facula* y *Falla* son el gran símbolo de esta transición.

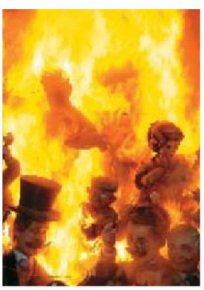
En Valencia, durante meses, cientos de artistas se afanan por elaborar estas complejas esculturas satíricas cargadas de fuertes críticas al poder local, regional, nacional y eclesiástico. Grandes *ninots* (muñecos) que todo el mundo identifica fácilmente, *llibrets* (carteles) en verso que no dejan titere con cabeza, son sujetados por gigantescos armazones temáticos de cartón piedra. Barrios, calles y plazas, cuentan con comisiones falleras vecinales que se reúnen en casales falleros, el auténtico corazón de la fiesta.

Los momentos más emocionantes son "*la plantá*" o instalación de las monumentales fallas-esculturas. Una ofrenda floral a la imagen de San José ubicada en un puente sobre el cauce seco del río Turia se observa y da paso a la Virgen de los Desamparados, considerada la Fallera Mayor, siempre hace que el visitante suelte una lagrimita de emoción.

¿QUIERE VISITAR LOS NARANJALES DE VALENCIA?
Viajes Hermes
Dirección: carrera 11A No. 93A-62, Oficina 101
Teléfono: 691 9744
www.viajeshermes.com
Contactos Felipe Londoño y Claudia Correa de Greiff

Los momentos más increíbles y sorprendentes para quien nunca ha vivido de cerca estas fiestas son las *mascletás*, atronadoras tracas de tremendos petardos que ensordecen y hacen vibrar hasta los cimientos de los edificios; los castillos de fuegos artificiales que se cuentan entre los mejores del mundo; la "*Nit del Foc*" o noche del fuego en la madrugada del 19; la Misa Solemne en honor del patriarca San José en la Catedral de Valencia oficiada por el Cardenal; y por supuesto la "*cremá*" o quema indiscriminada de todas las fallas de Valencia por la noche, terminando con la del Ayuntamiento.

Todo arde. Todo se renueva. Atrás quedan las sombras del invierno y llega la primavera. Adiós a la oscuridad, viva la luz. Aunque por si acaso, los valencianos, año tras año, indultan un único muñeco de una única falla: el "*Ninot indultat*". Un curiosísimo museo algo a trasmano está repleto de ellos.



El país valenciano ha cambiado mucho desde entonces, y quizás ahora las naranjas provoquen más sinsabores que alegrías a sus productores.

Barcelona es sinónimo de estilo y vanguardia de un cosmopolitismo arrollador. Madrid, efervescente y caótica, asombra con una oferta cultural apabullante y su carismática facilidad para hacer que todo el mundo se sienta como en casa. Pero Valencia es única a la hora de reinventarse, de mudar de piel manteniendo su carácter huertano, pegado a las tradiciones pero abierto a la innovación. En cierto sentido, es una ciudad *kitsch*, una ciudad tópico, una ciudad típica: naranjas, paella, fallas. Y los valencianos, tan contentos.

Garrafón: especie de haba. Tavella: fríjol blanco. Ferraura: judía verde ancha.

Fotos: Esteban Eljaiek | Utensilios: Carmina Villegas

Con los cítricos como invitados de honor a esta cena, rendimos un homenaje desde la entrada, pasando por el plato fuerte y el postre para un dulce final.

Cena de la A a la Z

Mosaico de carpaccio

Para 4 personas
Chef: Juan Carlos Carvajal
Restaurante: H. Sasson Wok & Satay Bar (Bogotá) –

Ingredientes

120 g de filete de mero
120 g de filete de salmón
120 g de filete de atún
120 g de langosta
Jugo de 1 limón
Cascos de un limón sin piel
Cascos de una naranja sin piel
Germinados
Aceite de albahaca
1 rollo de papel film

Preparación

Envuelva los filetes en papel film y llévelos al congelador durante 30 minutos. Luego, taje finamente cada filete con un cuchillo húmedo y muy afilado. Acomode las láminas sobre un plato, vierta aceite de albahaca y jugo de limón. Sazone con sal y pimienta y decore con los cascos de limón y de naranja, y los germinados. Acompañe con una salsa de mayonesa y mostaza.

Langostinos con miel de naranja y pimienta rosada

Para 4 personas
Chef: Harry Sasson
Restaurante: H. Sasson Wok & Satay Bar (Bogotá)

Ingredientes

16 langostinos U8
2 tazas de jugo de naranja
1/2 taza de miel de abejas
2 cucharadas de pimienta rosada
2 cucharadas de aceite de olivas
1/2 taza de hojas de albahaca

Preparación

En una sartén deje reducir el jugo de naranja hasta la mitad de su volumen. Agregue la miel y deje reducir de nuevo hasta que la salsa tenga una consistencia de caramelo. Agregue la pimienta rosada. Sazone los langostinos con sal y pimienta y dórelos en una sartén con aceite de oliva. Cuando estén a punto, agregue la salsa y las hojas de albahaca. Sirva inmediatamente.

LIMÓN POR FUERA, MANDARINA POR DENTRO
Este injerto entre limón y mandarina, representativo de América del Sur, se caracteriza por tener la acidez del limón y la presencia de una mandarina jugosa y dividida en gajos. Cuando está verde su color es oscuro e intenso y al madurar se torna amarillo. Pruébelo con un cuba libre.

U8: unidades de camarones que se encuentran en una libra empacada al vacío.

Atún en reducción de limón mandarino

Para 4 personas
Chef: Rafaello Di Sauro
Restaurante La Famiglia (Bogotá)

Ingredientes

Para el atún

1 kilo de atún cortado en cuatro filetes
10 hojas de albahaca finamente picadas
10 hojas de hierbabuena finamente picadas
10 hojas de perejil finamente picadas
6 cucharadas de miga de pan
1/2 taza de ajonjolí
1/2 taza de almendras finamente picadas
2 cucharaditas de pimienta negra molida gruesa
1 cucharadita de pimienta rosada entera
4 limones cortados en láminas finas

Para la salsa

Jugo de 6 limones mandarinos
Jugo de 3 mandarinas
Jugo de 3 naranjas
4 cucharadas de mantequilla
4 cucharaditas de cebolla puerro finamente picada
3/4 de taza de azúcar
3 *shots* de ron
Sal

Preparación

Para la salsa, en una sartén con mantequilla sofría la cebolla; añada el azúcar y antes de que se caramelice adicione el ron, los cítricos, una pizca de sal y deje reducir hasta la mitad de su volumen. En un recipiente mezcle la miga de pan, las almendras, el ajonjolí, la pimienta negra, la pimienta rosada y las hierbas. Pase los filetes por esta mezcla hasta que estén cubiertos. Sazone los filetes de atún con una cucharada de aceite de oliva y sal marina. En otra sartén bien caliente selle los filetes durante dos minutos por cada lado. Corte rodajas finas de limón y ubíquelas en un plato plano, acomode los filetes cortados en transversal y agregue sal, pimienta y la salsa.

Un limón para la mesa
Cada vez que sus comidas requieran de la presencia de limones tajados en la mesa envuélvalos en gasa y exprímalos con el fin de evitar que las semillas se desprendan sobre la comida.

Papillote de corvina

Para 4 personas
Chef: Harry Sasson
Restaurante: Balzac (Bogotá)

Ingredientes

8 filetes corvina de 120 gramos cada uno
4 cucharadas de mantequilla
2 tazas de vino blanco
Hojas de orégano y laurel frescas
2 limones
Sal y pimienta
Papel de aluminio

Preparación

Haga cuatro sobres de papel de aluminio con un lado abierto. Sazone con sal y pimienta los filetes y ponga de a dos en cada sobre junto con el jugo de 1/2 limón, 1 cucharada de mantequilla, 1/2 taza de vino blanco, orégano y laurel. Lleve al horno a 420 °F hasta que la bolsa se infle como un cojín. Sirva y abra el sobre de aluminio en la mesa.

Evite la oxidación
Para evitar la oxidación de frutas y verduras evidentes en cambios de color y de textura es recomendable después de cortarlas o pelarlas, que las sumerja en una disolución de agua con limón. De esta manera las enzimas responsables de la oxidación de los alimentos son neutralizadas.

Pato a la naranja

Para 4 personas
Chef: Harry Sasson
Restaurante: H. Sasson Wok & Satay Bar (Bogotá)

Ingredientes

2 patos enteros (pechugas y piernas)
1/2 taza de azúcar
3 tazas de jugo de naranja
1 *shot* de Grand Marnier
Tomillo, laurel y romero frescos
Ralladura de 1 naranja
1 naranja cortada en cascos
Sal y pimienta

Preparación

Con un cuchillo retire toda la grasa del pato, fúndala en una sartén y cuélela. Sazone las piernas con sal. En una sartén con la grasa fundida confite las piernas a temperatura baja durante cuatro horas, junto con tomillo, laurel y romero, hasta que estén suaves y tiernas. Aparte, en una sartén a temperatura media ase la pechuga por el lado de la piel hasta que quede como un chicharrón. Para la salsa, haga un caramelo con el azúcar sin dejarlo quemar y agregue el jugo de naranja. Si desea dar más sabor, integre una taza de caldo de pollo. Añada la ralladura de naranja, los cascos de naranja, el Grand Marnier y sal y pimienta negra. Antes de servir lleve las piernas confitadas al horno a 400 °F hasta dorarlas levemente. Sirva la pechuga a término medio y bañe todo con la salsa.

Grand Marnier: licor elaborado a partir de una mezcla de cognac y esencia de naranja agria.

Langostinos a la piedra

Para 4 personas
Chef: Miguel Castillo
Restaurante Nazca (Bogotá)

Ingredientes

24 langostinos U16-20
1/2 taza de aceite vegetal
1 cucharadita de ajo molido
1/2 cebolla roja cortada en julianas gruesas
4 cucharadas de ají amarillo en pasta
Jugo de 2 naranjas
Jugo de 8 limones
4 porciones de yuca frita
1/2 cucharadita de cilantro

Preparación

En una sartén con el aceite vegetal saltee los langostinos. Agregue el ajo, la mitad de la cebolla roja, el ají amarillo y los jugos cítricos. Deje cocinar durante dos minutos. Sirva en un plato caliente con el líquido de la cocción y decore con el resto de la cebolla y yucas fritas.

Tips para no cortarse con el cuchillo

1) Mantenga siempre la hoja bien afilada.
2) Nunca corte en dirección a su cuerpo, siempre hágalo enviando la hoja lejos de usted.
3) Procure siempre tomarlo por el mango, nunca por la hoja.

Paillard de pollo al limón

Para 4 personas
Chef: Harry Sasson
Restaurante: H. Sasson Wok & Satay Bar (Bogotá)

Ingredientes

800 g de pechuga de pollo sin piel y sin hueso, cortada en trozos
Harina para enharinar
Sal y pimienta
1/2 cucharadita de páprika
4 cucharadas de mantequilla
3 cucharadas de aceite de oliva
2 cucharadas de alcaparras *baby*
jugo de 1 limón
Cascos de un limón Tahití sin piel

Preparación

Ponga los trozos de pechuga entre dos plásticos y golpéelos con un mazo de cocina para adelgazarlos. Haga una mezcla con la harina, la páprika, sal y pimienta, y enharine los trozos de pollo para dorarlos en seguida en una sartén con aceite bien caliente. Cuando están a punto, retire de la sartén y reserve. En la misma sartén funda la mantequilla hasta que tome un color moreno, añada las alcaparras y los cascos de limón. Sirva y bañe con el jugo de limón.

Fotos: Esteban Eljaiek | Chefs: Natalia Bohórquez y Lina Gómez de Polka Dot Pastelería

Pie de limón

Para 4 personas

Ingredientes

Para la masa del *pie*

3/4 tazas de mantequilla
1 y 1/4 tazas de azúcar pulverizada
1 huevo
1 y 1/2 tazas de harina

Para el relleno

1 taza de jugo de limón
7 yemas
3 huevos
1/2 taza de azúcar
3/4 de taza de mantequilla fría cortada en dados

Para el merengue italiano

2 claras
7 cucharadas de azúcar
6 cucharadas de agua
Ralladura de limón para decorar

Preparación

Para la masa del *pie*

Bata mantequilla y azúcar hasta que estén cremosas. Agregue el huevo, incorpore la harina y mezcle. Envuelva en un plástico y deje reposar en la nevera mientras prepara el relleno. Precaliente el horno a 350 °F. Estire la masa sobre una superficie enharinada y cubra el molde del *pie* con ésta. Lleve a la nevera durante unos minutos y luego hornee hasta que dore.

Para el relleno

En una olla mezcle todos los ingredientes menos la mantequilla. Llévela a fuego medio sin dejar de revolver con una espátula. Cocine hasta levantar el primer hervor y retire la mezcla de la olla. Deje enfriar hasta que al tocar se sienta tibia. Agregue la mantequilla a la mezcla y emulsiónela en la licuadora. Reserve en la nevera.

Para el merengue

En un recipiente agregue las claras y cinco cucharadas de azúcar. Bata hasta obtener punto de nieve. Al mismo tiempo, ponga en una olla el agua y dos cucharadas de azúcar hasta llegar a punto de hilo. Añada el almíbar poco a poco a las claras sin dejar de batir. Ponga el relleno dentro de la masa previamente horneada y cubra con el merengue con la ayuda de una espátula. Decore con ralladura de limón.

Cómo hacer un buen jugo de naranja

Al momento de exprimir, escoja ejemplares maduros, sanos y jugosos de las variedades tangelo o valenciana. Sirva en un vaso largo con hielo. Un aliado indiscutible para el desayuno.

Crêpes Suzette

Para 4 personas
Chef: Harry Sasson
Restaurante: Balzac (Bogotá)

Ingredientes

3/4 de libra de masa para crepes
Jugo de 1 y 1/2 mandarinas
Ralladura de 1 mandarina
1 y 1/2 cucharadas de aceite de maní
3 cucharadas de mantequilla partida en cubos
3 cucharadas de azúcar
1 shot de licor Grand Marnier
1 shot de licor Curaçao

Para la masa para crepes

2 huevos batidos
1 cucharadita de mantequilla derretida
7 cucharadas de harina
1 pizca de sal
14 cucharadas de leche
2 cucharadas de agua
1 cucharada de licor Grand Marnier

Preparación

Para la masa, en un recipiente cierna la harina y agregue la sal, los huevos, la leche y las dos cucharadas de agua. Mezcle bien e integre la mantequilla y el licor. Deje reposar durante dos horas. Para la crepe suzette, agregue a la masa la mitad del jugo de mandarina, la mitad del Curaçao y el aceite de maní, y mezcle. Añada la mantequilla, la ralladura de mandarina, el azúcar, el resto del jugo de mandarina y del Curaçao. En una sartén caliente con un poco de mantequilla, vierta con un cucharón la masa para crepes cuidando que queden muy delgados. Retire del fuego, doble en cuatro y colóquelas sobre una sartén a fuego bajo. Aparte, caliente el Grand Marnier, viértalo sobre las crepes, flambee y sirva.

Postre de limón

Para 4 personas

Ingredientes

Para el postre

2 tazas de leche condensada
1 y 1/2 tazas de crema de leche
1 y 1/2 tazas de leche
1 caja de galletas Macarena o Ducales
1 sobre de gelatina sin sabor disuelta en 1/2 taza de agua
Jugo de 1 limón

Para la cubierta

2 claras de huevo
Ralladura de 1 limón
1/2 taza de azúcar pulverizada

Preparación

En la licuadora mezcle todos los ingredientes, excepto las galletas. En una refractaria ponga una capa de galletas y una de la mezcla alternadamente. Para la cubierta, bata enérgicamente las claras de huevo y el azúcar hasta lograr una espuma homogénea a punto de nieve. Agregue las claras batidas a la refractaria y decore con ralladura de limón.

Fotos: Esteban Eljaiek | Utensilios: cortesía Carmiña Villegas

Sabor y frescura

Omnipresentes y con mil caras, su preparación tarda apenas unos minutos y resultan refrescantes y provocativos como una gota de limón. Cuatro ceviches que le recordarán sabores salinos marinados con un toque ácido.

Ceviche Martini con Beefeater

Chef: Harry Sasson
Restaurante H. Sasson Wok & Satay Bar (Bogotá)
Para 4 personas

Ingredientes

120 g de pescado blanco (corvina, mero o pargo)
1 taza de jugo de limón
1/4 de taza de cebolla roja cortada en plumas
2 cucharadas de cilantro fresco
1 punta de ají seco
4 cucharadas del agua de las aceitunas verdes
1 *shot* de ginebra Beefeater
4 aceitunas verdes

Preparación

Corte el pescado en cubos y sazone con sal. Luego marínelo en el jugo de limón, mezcle con la cebolla, el cilantro y el ají, y al final agregue el agua de las aceitunas. Sirva rápidamente en una copa de martini. Lleve a la mesa junto con un *shot* de ginebra Beefeater helada para que sus invitados viertan sobre la copa al momento de comer. Decore con una aceituna verde.

Ceviche pantera

Chef: Miguel Castillo
Restaurante Nazca (Bogotá)
Para 4 personas

Ingredientes

600 g de corvina fresca cortada en cubos
1 cucharadita de ajo molido
1/2 cucharadita de cilantro picado
1/2 cucharadita de ají limo picado
1 cucharada de cebolla cabezona roja cortada en plumas finas
1/2 cucharada de tinta de calamar
1 cucharada de mazorca cocida
4 hojas de lechuga fresca
1 cucharadita de cancha
Jugo de 20 limones
Sal y pimienta al gusto

Preparación

En un recipiente marine la corvina con sal, ajo, el ají limo y el cilantro. Agregue el jugo de limón, deje cocinar durante un minuto y mezcle la tinta de calamar. Revuelva bien y sirva en una copa fría decorada con lechuga, cebolla roja, cancha y

Ceviche peruano típico

Chef: José Zarate
Restaurante 14 Inkas (Bogotá)
Para 4 personas

Ingredientes

400 g de filete de corvina cortado en cubos de 2 cm x 2 cm
1/2 cucharada de pasta de ajo
1 cucharada de cilantro picado
1/2 taza de jugo de limón
1/2 cucharadita de ají limo cortado en cubos pequeños
1 taza de cebolla cabezona roja cortada en plumas finas
1/2 taza de mazorca cocida desgranada
Sal y pimienta al gusto
4 hojas de Lechuga lisa

Preparación

En un recipiente de plástico o vidrio mezcle la corvina, la sal, la pimienta, el ají limo, la pasta de ajo, el cilantro y el zumo de limón. Revuelva con una cuchara durante dos minutos hasta que la corvina adquiera un color blanco. Agregue 1/2 taza de cebolla. Sirva sobre una cama de lechugas y decore con el resto de la cebolla y la mazorca desgranada.

Utensilios: cortesía Oporto Mesa y Cocina

Un limón para cada ceviche
Este emblema culinario de Perú no sería posible sin el protagonismo del limón autóctono y su diversidad de ajíes. Se trata de un fruto pequeño, jugoso, similar al que conseguimos en los supermercados. Es indispensable sumergir los trozos de pescado en el zumo un par de minutos, para que se cocine manteniendo su textura.

Ceviche chifero

Chef: Miguel Castillo
Restaurante Nazca (Bogotá)
Para 4 personas

Ingredientes

600 g de corvina fresca cortada en cubos
1 cucharadita de ajo molido
1 cucharadita de jengibre picado
1/2 cucharadita de cebollín picado
1/2 cucharadita de ají limo picado
1 cucharada de raíz china
1/2 cucharada de aceite de ajonjolí
1 cucharadita de salsa soya
4 hojas de lechuga fresca
1 hoja de masa de wantán cortada en tiras y frita
Jugo de 20 limones
Tiras de cebolla larga
Sal y pimienta al gusto

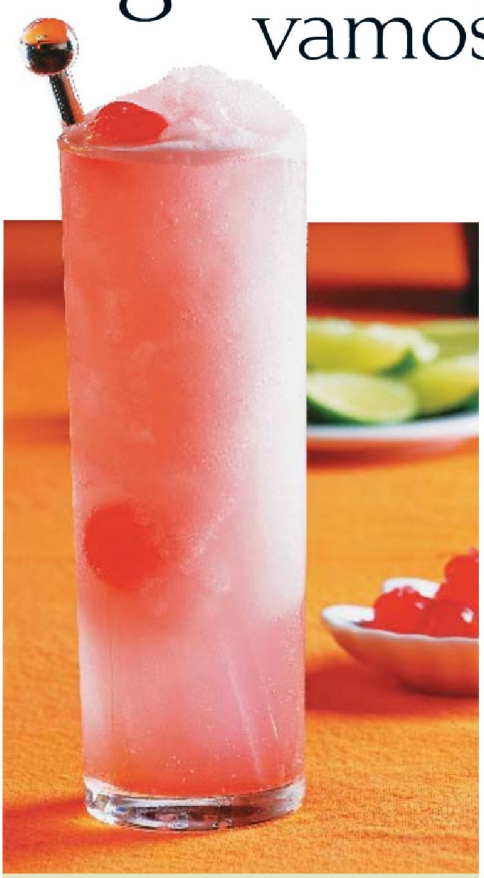
Preparación

En un recipiente marine la corvina con sal, ajo, ají limo, jengibre y cebollín. Agregue el jugo de limón, el aceite y deje marinar durante un minuto. Decore con la lechuga fresca, las tiras de masa de wantán y cebollín entero.

Cancha: maíz tostado. **Cebollín:** cebolleta. **Wantán:** masa fina elaborada con harina de trigo, agua y sal, muy utilizada en la gastronomía china.

Fotos: Esteban Eljaiek | Locación: Restaurante Juan del Mar (Bogotá)

Agua de limones
vamos a jugar



Limonada cerezada

Para 4 personas

Ingredientes

Para la limonada
Jugo de 4 limones
1 litro de agua
5 cucharadas de azúcar
3 tazas de hielo

Para la decoración
12 cerezas
3 cucharadas de jugo de cereza

Preparación

En la licuadora mezcle todos los ingredientes para la limonada. Sirva inmediatamente y decore cada vaso con tres cerezas y dos cucharaditas de su jugo.

Limonada de coco

Para 4 personas

Ingredientes

6 *shots* de crema de coco
3 *shots* de jugo de limón
3 tazas de hielo

Preparación

En la licuadora mezcle todos los ingredientes. Sirva inmediatamente y decore con tiras de coco.

Aunque su protagonista es el limón –como es de suponer–, el tema de las limonadas ha avanzado tanto como la informática, así que ahora están de moda las mezclas para resaltar el cítrico sabor.

Limonada de mango

Para 4 personas

Ingredientes

3 mangos biches
3 *shots* de jugo de limón
3 tazas de hielo
3 cucharadas de azúcar

Preparación

En la licuadora mezcle todos los ingredientes. Sirva inmediatamente y decore con una rodaja de limón.

Limonada con panela

Para 4 personas

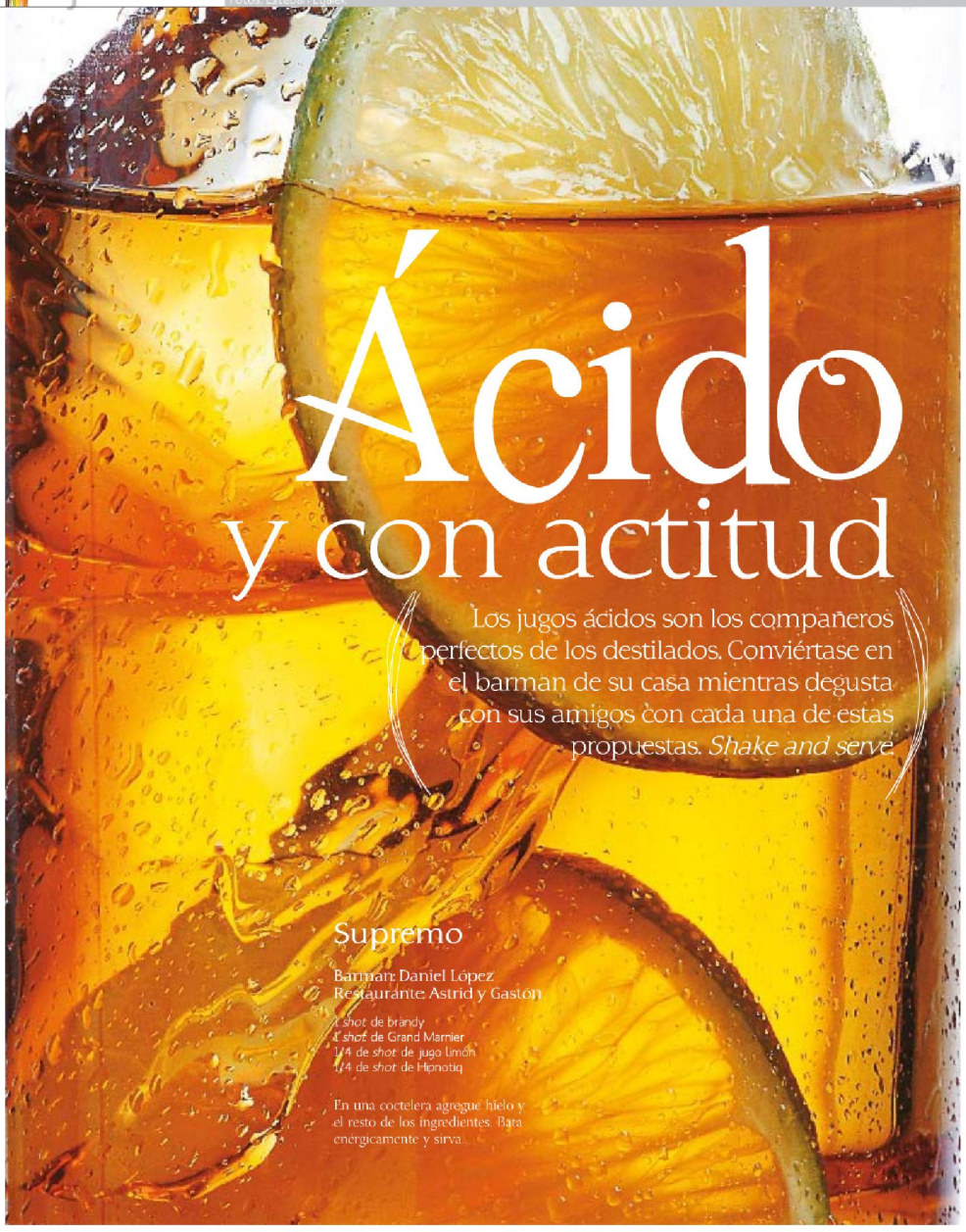
Ingredientes

4 tazas de hielo picado
1/2 taza de panela rallada
Jugo de 8 limones

Preparación

En la licuadora mezcle todos los ingredientes. Sirva inmediatamente y decore con una cuña de limón. Agregue panela rallada por encima para darle un toque de color.

Fotos: Esteban Eljaiek



Ácido y con actitud

Los jugos ácidos son los compañeros perfectos de los destilados. Conviértase en el barman de su casa mientras degusta con sus amigos con cada una de estas propuestas. *Shake and serve*

Supremo

Barman: Daniel López
Restaurante: Astrid y Gastón

1 *shot* de brandy
1 *shot* de Grand Marnier
1/4 de *shot* de jugo limón
1/4 de *shot* de Hipnotiq

En una coctelera agregue hielo y el resto de los ingredientes. Bata enérgicamente y sirva.

Kaipiorange

Barman: Daniel López
Restaurante: Astrid y Gastón

1/2 naranja
2 cucharadas de azúcar
2 *shots* de vodka Finlandia

En un vaso corto macere con el azúcar la media naranja partida en cuatro partes. Agregue hielo picado y el vodka Finlandia. Revuelva con una cuchara.

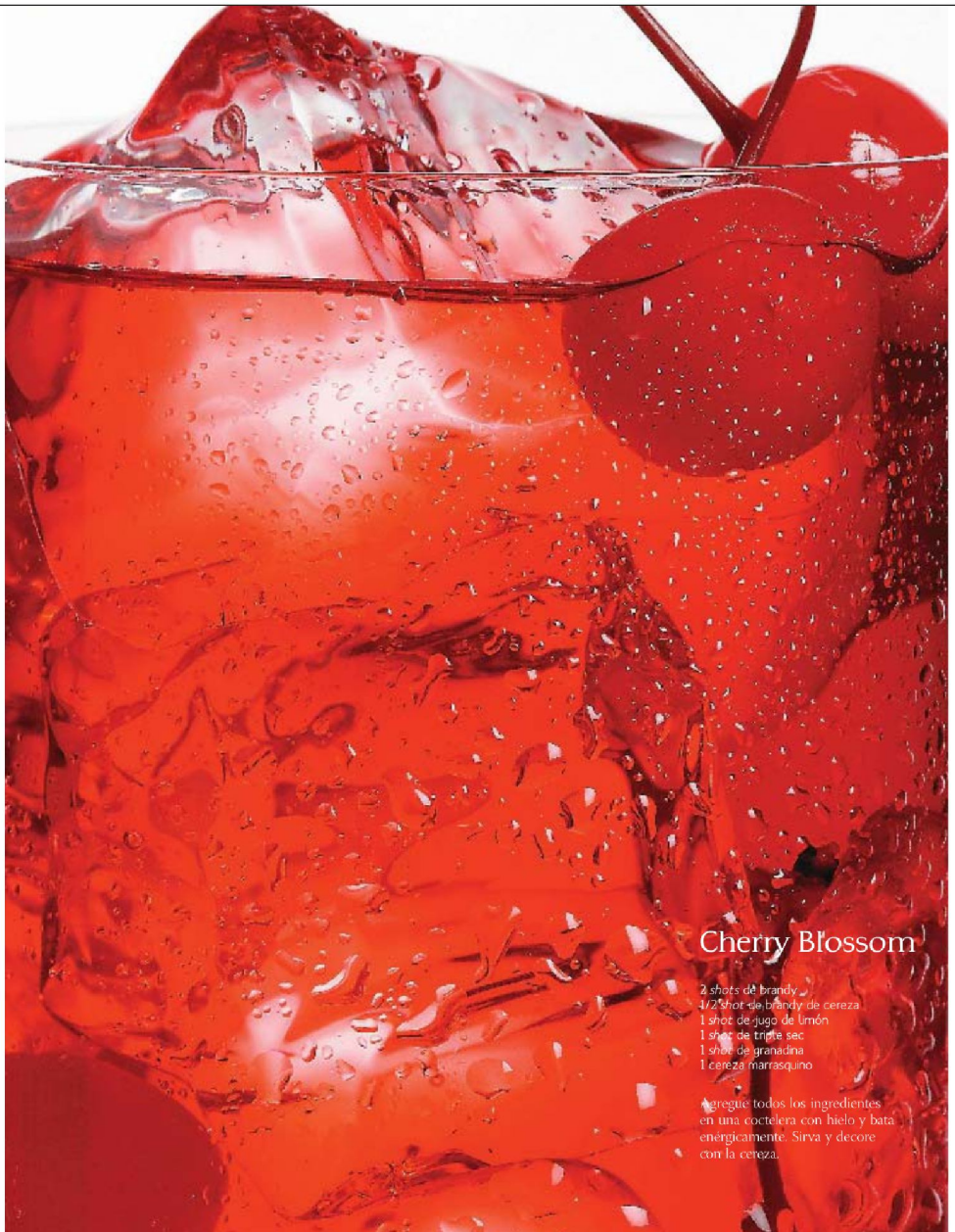
Cubos creativos
Intente dar color y sabor a los cubos de hielo con que acompaña cocteles y bebidas. Mezcle agua con jugo de limón, agregue el líquido en la hielera, un *twist* de la cáscara en cada molde y lleve al congelador.

Shot: equivalente a una onza o a una copa de aguardiente.

Apple Martini

1 *shot* de vodka Finlandia
1 *shot* de licor de manzana
1 *shot* de jugo de manzana
1 *shot* de limón

Agregue todos los ingredientes en una coctelera con hielo, bata enérgicamente y sirva.



Cherry Blossom

2 *shots* de brandy
1/2 *shot* de brandy de cereza
1 *shot* de jugo de limón
1 *shot* de triple sec
1 *shot* de granadina
1 cereza marrasquino

Agregue todos los ingredientes en una coctelera con hielo y bata enérgicamente. Sirva y decore con la cereza.

Infografía: Alejandra Iriarte

LAZOS FAMILIARES

De un naranja intenso, con sabor a limón o profundamente aromática como la mandarina. Historias de incestos (o ¿injertos?), suegras amargas y dulces nietos. Una relación nada convencional en la que desfila un sinfín de colores en constante degradé.

Mandarinas, naranjas, limones y pomelos entretejen historias de amor para dar vida a nuevas frutas de una variedad sin par. Sus colores, sabores y formas delatan sus nombres, pero todas ellas comparten un vínculo químico e histórico irrompible pese a las infidelidades, los incestos y el poco parecido.

Los cítricos, que no sólo se emparientan por su alto contenido de vitamina C y ácido cítrico, esconden un pasado que hunde sus raíces en Mesopotamia, China y Malasia.

Su remoto nacimiento en tan lejanos parajes privó al mundo occidental de sus sabores por miles de años, a tal punto que ni griegos ni romanos los conocían antes de las campañas asiáticas de Alejandro Magno. El Rey de Macedonia, al conocer el jugo ácido del limón decidió llevarlo consigo de vuelta a casa.

Por su parte, los navegantes portugueses, las huestes árabes y Cristóbal Colón también aportaron a su divulgación. Los primeros llevaron a Europa la mandarina desde la recóndita China, los ejércitos árabes que invadieron el sur de España dejaron allí sendas especies de naranjas y pomelos, y en su segundo viaje a las Américas el conquistador sembró en la actual Santo Domingo su primer cítrico.

La familia ácida que ahora conocemos es el resultado de hibridaciones en las que el azar de la naturaleza y la creatividad humana jugaron sin reparos. A continuación, un árbol genealógico lleno de matrimonios entre hermanos, aventuras románticas entre tíos y uno que otro desliz.

Árbol genealógico de los cítricos

Retorno a la semilla

Limas, naranjas y mandarinas también tienen su espacio fuera del universo frutal. Descubra una amplia selección de cítricos personajes, sin cáscaras ni pepas, degustando este curioso álbum que Cocina Semana trae para usted.

1. Naranjito fue la mascota oficial del mundial de fútbol realizado en España en 1982. Se escogió este personaje debido a la fama de las naranjas de Valencia y sus múltiples alusiones en la poética no sólo castellana sino universal.

2. *La Naranja Mecánica* del escritor Anthony Burguess, adaptada al cine por el director Stanley Kubrick en 1971, narra la historia de Alex, un joven seguidor de la 'ultraviolencia' que, tras ser juzgado y encarcelado por asesinato, se somete al 'tratamiento Ludovico' con el fin de reducir su condena, sin preocuparse por los efectos nocivos que éste podría generar. Esta obra considerada como una de las joyas más importantes del cine independiente, nunca obtuvo ningún premio de la Academia.

3. La selección holandesa de fútbol de 1974, dirigida por Rinus Michels, se hizo acreedora del apodo 'la naranja mecánica' por el color de su uniforme y excelente dominio del balón. El seleccionado encabezado por Johan Cruyff perdió la final de la Copa del Mundo contra Alemania, el país anfitrión; cuatro años más tarde Holanda volvería a caer en la final ante Argentina con el mismo resultado. Este apodo perduró durante 32 años hasta que, en 2006, adquiriera el título de 'los tulipanes'.

4. Lima, capital peruana ubicada en la costa central de dicho país. Fue fundada por el conquistador Francisco Pizarro el 18 de enero de 1935 bajo el nombre de 'Ciudad de los Reyes'; sin embargo, predominó el nombre nativo de Limac o Lyma.

5. Alimón: lo que fuera un juego de niños se convirtió, en el mundo de la tauromaquia, en una maniobra ejecutada entre dos toreros para burlar al toro. Cada participante toma un extremo del capote y lo pasa por encima del animal sin que éste ataque a quienes la ejecutan.

6. Mandarín es un antiguo título chino otorgado a quienes gobernaban una ciudad o región del Imperio asiático. Su importancia simbólica adquirió tales magnitudes que, con el pasar de los años, la lengua hablada en este país adoptó su nombre. Además, cuando los viajeros y comerciantes occidentales llevaron la mandarina a Europa, le otorgaron este calificativo debido a que su color era similar al de la túnica vestida por estos personajes.

7. El limoncello, licor típico italiano que se obtiene tras la maceración en alcohol de diversos cítricos, especialmente limones, es comúnmente asociado con la región del Piamonte.

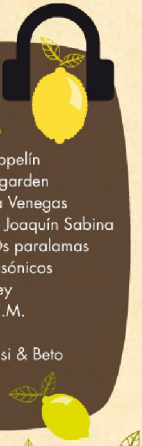
10. LimeWire es un programa que permite el intercambio de archivos e información entre distintos usuarios de todo el mundo mediante la Internet. Su última versión es la 5.4.6 y fue lanzada en 2009.

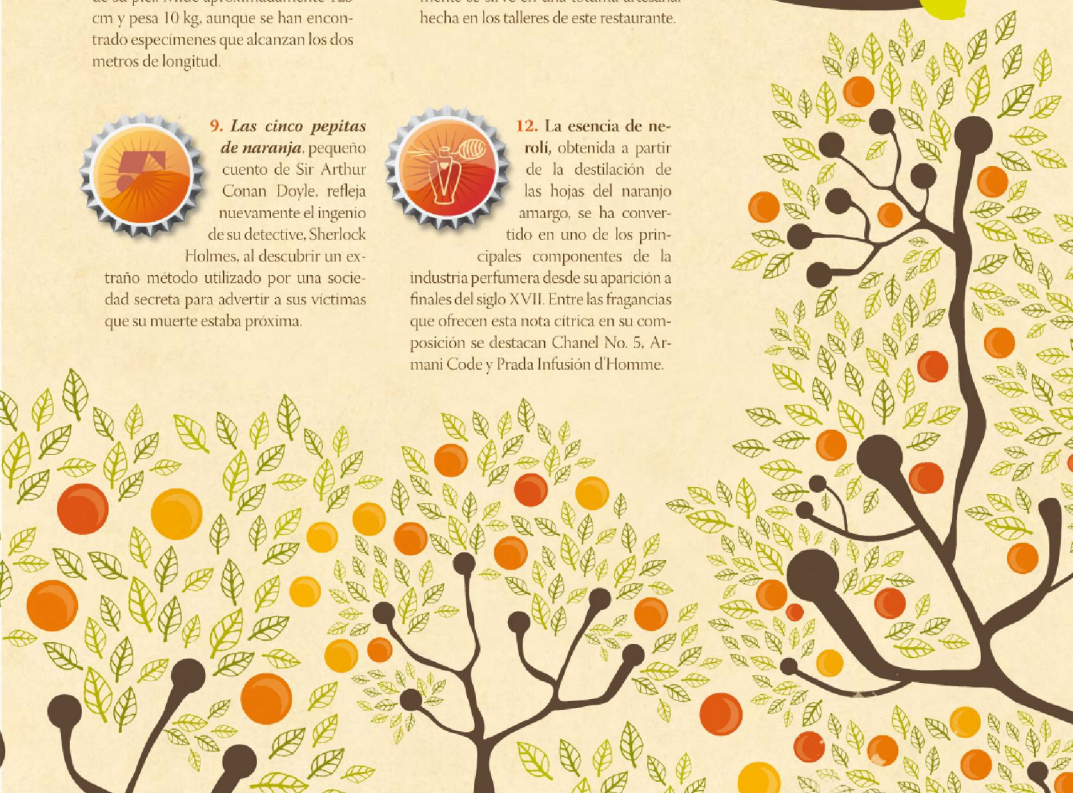
8. El Tiburón Limón (*Carchahinus acronotus*), bastante común en las costas pacíficas de América, recibe su nombre debido al color verdoso de su piel. Mide aproximadamente 125 cm y pesa 10 kg, aunque se han encontrado especímenes que alcanzan los dos metros de longitud.

11. El Coctel Mandarino, mítico trago de Andrés Carne de Res, contiene 126 g de nieve de mandarina, cinco *shots* de vodka y hielo al gusto. Tradicionalmente se sirve en una totuma artesanal hecha en los talleres de este restaurante.

9. *Las cinco pepitas de naranja*, pequeño cuento de Sir Arthur Conan Doyle, refleja nuevamente el ingenio de su detective, Sherlock Holmes, al descubrir un extraño método utilizado por una sociedad secreta para advertir a sus víctimas que su muerte estaba próxima.

12. La esencia de neroli, obtenida a partir de la destilación de las hojas del naranjo amargo, se ha convertido en uno de los principales componentes de la industria perfumera desde su aparición a finales del siglo XVII. Entre las fragancias que ofrecen esta nota cítrica en su composición se destacan Chanel No. 5, Armani Code y Prada Infusión d'Homme.





Fotos: Clara Moreno | Texto: José Rafael Arango

Carácter veraniego

Wolfberg Gewurstraminer Grand Cru

Bodega: Wolfberg
Variedad: gewurstraminer 100%
Año: 2003
País de origen: Francia
Zona: Alsacia
Crianza: 12 meses en acero inoxidable

Nunca recomendaría guardar un vino blanco por más de dos o tres años. Sin embargo, estamos ante una excepción enológica: los blancos de Alsacia y Alemania. Por su cuerpo, estructura y acidez conquista la veintena de años sin problema. De color oro viejo, presenta en nariz notas a miel, toronja y geranios. En boca ofrece un suave dulzor, que contrasta con una sensación cítrica amable. 10 °C es su temperatura ideal.

Precio:	Puntuación:
$75.000	

¿Cuál es su opinión sobre este vino?

Distribuidor:
La Vinoteca Francesa
Teléfono: 301 364 0992

Casa de Vila Verde D.O.C.

Bodega: Casa de Vila Verde
Variedad: arinto, loureiro y treixadura (trajadura)
Año: 2008
País de origen: Portugal
Zona: Vinho Verde, valle del río Sousa
Crianza: 0 meses

Su nombre habla de la madurez en la uva, la cual se recoge verde para poder alcanzar un vino fresco, de acidez punzante, que refresca los veranos del Douro. Es de color amarillo acerado y en nariz ofrece el aroma de las flores blancas complementado con manzanas verdes, peras maduras y final de heno. En boca se aprecia acidez con notas a limón y toronja. 8 °C es su temperatura ideal.

Precio:	Puntuación:
$27.000	

¿Cuál es su opinión sobre este vino?

Distribuidor: Licorela
Teléfono: (1) 313 3183

Graffigna Centenario

Bodega: Santiago Graffigna
Variedad: pinot grigio 100%
Año: 2009
País de origen: Argentina
Zona: San Juan, Valle de Tulum
Crianza: 0 meses

Es la variedad blanca más vendida en Estados Unidos gracias a la película *Sideways*, pues al catapultar el consumo de pinot noir, el público asumió que ésta era la versión blanca de dicha tinta. Proveniente de paisajes lunares resulta una verdadera sorpresa. De color amarillo pálido con tonos cobrizos, ofrece duraznos, jazmines y hierba fresca en nariz, mientras que en boca es refrescante y recuerda peras y manzanas verdes con un final floral. Sírvalo a 9 °C.

Precio:	Puntuación:
$50.000	

¿Cuál es su opinión sobre este vino?

Distribuidor: Pernod Ricard Colombia
Teléfono: (1) 636 9066

Lorca Fantasía

Bodega: Bodega Mauricio Lorca
Variedad: torrontés 100%
Año: 2008
País de origen: Argentina
Zona: La Rioja
Crianza: 6 meses en acero inoxidable

La uva torrontés es emblema de las blancas argentinas. Este ejemplar proviene de los altos valles de Famatina y es elaborado por Mauricio Lorca, quien por más de 10 años viene produciendo fantásticos vinos en este país. Su color amarillo loro se complementa con una nariz de rosas, jazmines y miel. En boca presenta una acidez sedosa dando paso a una explosión de flores y frutas exóticas. Es un vino de un magnífico precio. 8 °C es su temperatura de servicio ideal.

Precio:	Puntuación:
$35.000	

¿Cuál es su opinión sobre este vino?

Distribuidor:
Vinos del Río
Teléfono: (1) 530 4041

Corte por la línea punteada y coleccione estas Notas de Cata.

Aquellos platos con buena presencia de cítricos en su preparación constituyen un reto en cuestiones de maridaje. Ocho ejemplares con carácter y acidez perfecta confirman esta afortunada alianza.

Birrei

Bodega: Rey Lafuente
Variedad: albariño 100%
Año: 2008
País de origen: España
Zona: Galicia, Rías Baixas
Crianza: 0 meses

Sobre los vinos de Rías Baixas no se ha hablado lo suficiente. Conocida como la España verde, es una tierra mágica y llena de sorpresas, como este vino. La cepa albariño nos aporta este ejemplar notable que presenta un color amarillo canario pálido de tonos acerados. En nariz es herbáceo y mineral con notas a ceniza, heno y margaritas; en boca es complejo, de buena acidez y un final amargo agradable. Para apreciarlo correctamente se recomienda tomarlo a 7 °C de temperatura.

Precio:	Puntuación:
$41.700	

¿Cuál es su opinión sobre este vino?

Distribuidor: Casa Ibañez
Teléfono: (1) 636 2815

Freixenet Carta Nevada Cava Brut

Bodega: Freixenet
Variedad: macabeo 33%; xarel-lo 33% y parellada 33%
País de origen: España
Zona: Sant Sadurní d'Anoia, Cataluña
Crianza: 12 meses en barrica de roble

Este cava de excelente relación costo-beneficio proviene de una bodega que funciona desde 1861. Es un clásico *coupage* con uvas de la zona y confiere en vista un vino amarillo pajizo con burbujas abundantes y de diminuto tamaño. En nariz ofrece aromas a galletas y almendras para fundirse en una boca de lima y avellanas. Su temperatura de servicio no debe escandalizar: 6 °C.

Precio:	Puntuación:
$42.000	

¿Cuál es su opinión sobre este vino?

Distribuidor: Pedro Domecq Colombia
Teléfono: (1) 225 4460

Marqués de Cáceres

Bodega: Marqués de Cáceres
Variedad: viura 90% y malvasía 10%
Año: 2004
País de origen: España
Zona: La Rioja
Crianza: 6 meses en barrica de roble

En España no se hacían buenos blancos, y fue hasta que probé este viura que aprendí que no hay que creer todo lo que se lee. En la localidad de Cenicero, en la Rioja Alta, se elabora uno de los vinos más reputados de España. Ofrece un color amarillo intenso con bordes acerados; en nariz expresa mejorana, peras y manzanas en almíbar. En boca, la vainilla del roble juguetea con las frutas blancas dando un elegante y largo final. Disfrútelo a 9 °C.

Precio:	Puntuación:
$39.000	

¿Cuál es su opinión sobre este vino?

Distribuidor: Licorela
Teléfono: (1) 313 3183

Trimbach

Bodega: Domaine Trimbach
Variedad: riesling 100%
Año: 2007
País de origen: Francia
Zona: Alsacia
Crianza: 6 meses en acero inoxidable

La tradición vinícola de la familia Trimbach se remonta a 1626. Hoy, Jean y Pierre Trimbach elaboran ejemplares con la sabiduría de su sangre y nos entregan esta joya de Alemania: la uva riesling, que hasta ahora estamos conociendo en el país. Este vino es de color amarillo pálido; en nariz presenta aromas de fruta blanca madura, girasoles y gladiolo, mientras que en boca ofrece notas minerales y a grafito con una acidez punzante y elegante. 8 °C es un correcto servicio para este vino.

Precio:	Puntuación:
$60.000	

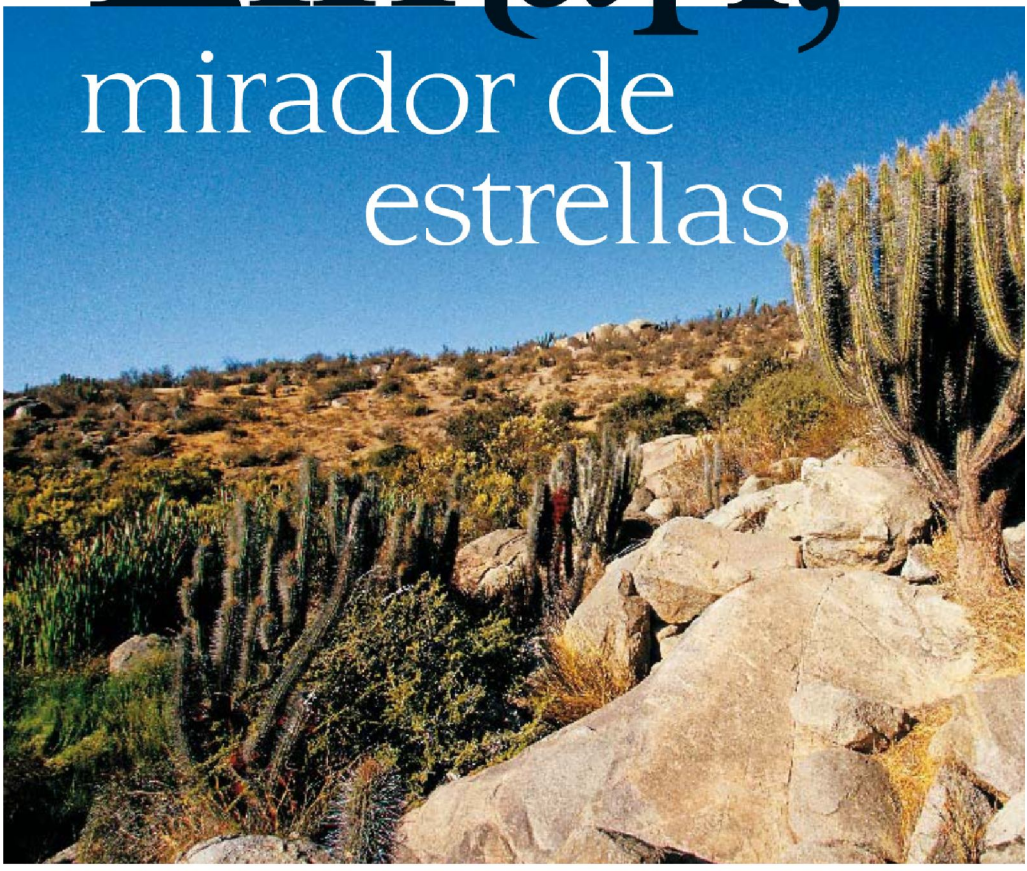
¿Cuál es su opinión sobre este vino?

Distribuidor:
International Executive
Teléfono: (1) 216 1536

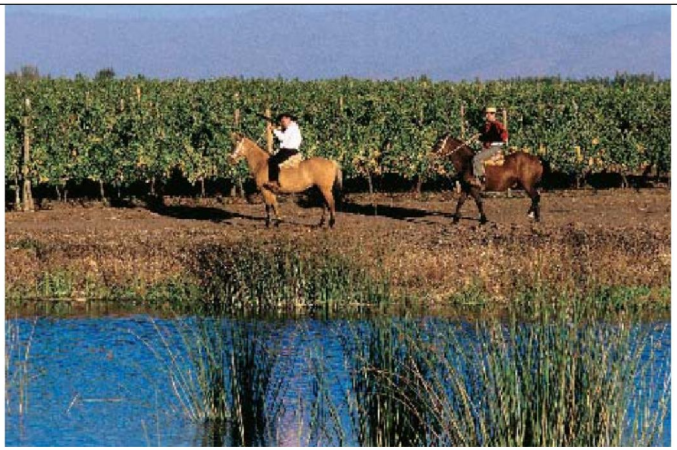
Fotos: AFP | Texto: José Rafael Arango

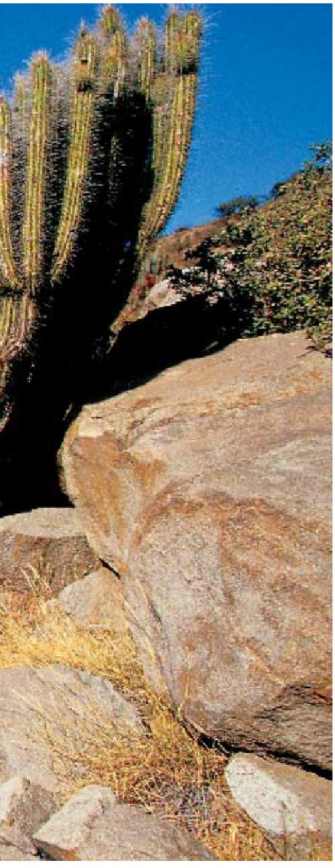
A 400 km al norte de Santiago de Chile se encuentra este valle, un sitio mágico lleno de leyendas y petroglifos. Además, sorpresivamente produce vinos de ensueño.

Limarí, mirador de estrellas



Los pueblos astrónomos de América amaban Limari, un hermoso cañón lunar donde no llueve ni se vislumbran nubes durante 330 días al año, ofreciendo condiciones ideales y envidiables a la hora de observar y controlar los caprichosos astros. Ancestrales pueblos habitaron con sus sabios cálculos esta región y dejaron una huella indeleble en el espacio y tiempo, como los Molles o los Diaguitas con sus misteriosas piedras hoy protegidas en el valle del encanto, un monumento nacional dedicado a la conservación de petroglifos.





La inesperada y fuerte herencia del Tahuantisuyo o Imperio inca extendió sus dominios hasta estas regiones incitando a españoles y criollos a plantar la vid, sin desconocer que durante muchos años fue un territorio destinado a la producción de pisco.

Recientemente, a mediados de la década de los 90, el enólogo Carlos Andrade fue el primero en apostar por esta región mediante el emprendimiento conocido como Viña Francisco de Aguirre; luego vinieron Casa Tamaya, Tabalí y finalmente Concha y Toro con su Maycas de Limarí, bajo la batuta del enólogo Marcelo Papa. Hoy en día tanto Tabalí como Maycas están presentes en nuestro país ofreciendo lo mejor de este terruño.

Ubicado en la cuarta región de este país austral y colindando al norte con el desierto de Atacama, se ha convertido en destino obligado del enoturismo chileno, y para tal fin han construido la carretera No. 5, vía ideal para tomar si se visita la región en carro.

Este valle es irrigado por el río del mismo nombre, y allí la influencia de los vientos fríos del Pacífico es determinante; pese a estar encajonado entre Los Andes y la cordillera de la costa, ésta última permite el paso de frías brisas marinas que refrescan las vides en las noches. Los fríos vientos que pasean por este valle permiten la entrada de la camanchaca, un tipo de neblina costera, y favorecen la baja pluviometría que ostenta tan sólo 130 mm anuales.

Los suelos pobres de poca profundidad, en los que la cal es uno de los elementos determinantes, permiten explicar la alta mineralidad de sus vinos, la longitud del valle abarca 65 km por 3 km de ancho, desde el mar hasta la ciudad de Ovalle, su capital. El clima ofrece 10 meses de estación seca y la gran cantidad de horas luz ha permitido un desarrollo casi ideal de la *vitis vinífera*.

Los primeros éxitos de estos vinos fueron en los cepajes blancos, especialmente en la variedad chardonnay, aunque sauvignon blanc y viogner producen ejemplares respetados. En materia de tintos, los aplausos los recibe la uva syrah o shiraz, aunque resultados halagüeños de la pinot noir y de la cabernet sauvignon son esperados con ansiedad.

El valle de Limarí es sin duda un destino obligatorio en Chile gracias a la magia de sus espectaculares paisajes y la imponencia misteriosa de la sapiencia milenaria que nos regala su valle para seguir vislumbrando estrellas junto a una buena copa de vino.

Ubicado en la región de Coquimbo, este hermoso valle ofrece uno de los climas más secos del mundo, otorgando a sus tierras una pluviometría de apenas 130 mm anuales.

Petroglifos: representaciones gráficas grabadas en rocas o piedras hechas por antepasados prehistóricos. Son considerados antecedentes de los símbolos previos a la escritura.
Vitis vinifera: Vid, parra o viña de donde se extrae el jugo de uva para hacer vino, a diferencia de la *vitis labrusca* o uva común la cual se consume como fruta.

Fotos: Clara Moreno | Texto: José Rafael Arango

Los tintos y blancos de Limarí

Ubicado en la frontera norte de Chile, se destaca por sus vinos tintos golosos, especiados y blancos minerales y tropicales.

Maycas del Limarí Quebrada Seca

Bodega: Maycas del Limarí
Variedad: chardonnay
Año: 2007
País de origen: Chile
Zona: Valle de Limarí
Crianza: no menciona

Considerado el último orgullo vitivinícola de la casa, este chardonnay logra un balance entre la fruta tropical del nuevo mundo y la mineralidad de los grandes franceses. De color oro viejo, en nariz se funde el maracuyá y la piña con notas de pedernal y pólvora. En boca ofrece frutas tropicales muy maduras y conserva una acidez que le impide ser un chardonnay aburrido.

Precio:	Puntuación:
$76.000	

¿Cuál es su opinión sobre este vino?

Distribuidor: Marpico
Teléfono: (1) 623 5566

Maycas del Limarí Reserva Especial

Bodega: Maycas del Limarí
Variedad: syrah 100%
Año: 2008
País de origen: Chile
Zona: Valle de Limarí
Crianza: no menciona

El famoso enólogo de Concha y Toro Marcelo Papa ha sido un tozudo defensor de las cualidades de este valle. Maycas en idioma quechua significa "tierras de cultivo", las cuales rinden un homenaje al extinto Imperio inca. De color rojo violeta muy oscuro y nariz de moras, arándanos, pimienta y chocolate, expande en boca un frescor de eucalipto balanceado por taninos firmes y final mineral.

Precio:	Puntuación:
$48.500	

¿Cuál es su opinión sobre este vino?

Distribuidor: Marpico
Teléfono: (1) 623 5566

Tabalí Reserva Especial

Bodega: Viña Tabalí
Variedad: pinot noir 100%
Año: 2007
País de origen: Chile
Zona: Valle de Limarí
Crianza: 12 meses

Las condiciones excepcionales de este valle entregan un vino rojo granate muy tenue, fiel exponente de su *terroir* septentrional, un sitio agreste con días calurosos y noches heladas que maduran la uva a fuego lento. Tonos palo de rosa muy tenues muestran la casta de su origen. En nariz sus notas de cerezas y fresas se complementan con aromas terrosos a champiñones y taninos muy delicados, balanceados por la acidez en boca.

Precio:	Puntuación:
$55.000	

¿Cuál es su opinión sobre este vino?

Distribuidor: Dislicores
Teléfono: (1) 371 0899

Tabalí Reserva

Bodega: Tabalí
Variedad: cabernet sauvignon 100%
Año: 2007
País de origen: Chile
Zona: Valle de Limarí
Crianza: 12 meses

A 29 km del océano Pacífico, este cabernet evoluciona lentamente por las suaves brisas del mar, propiciando a la fruta una perfecta madurez fenólica que producirá vinos elegantes, sedosos y brillantes. De color granate intenso con piernas pronunciadas, las notas minerales que el valle da a sus vinos se manifiestan como mentol y eucalipto. Lo acompañan ciruelas y pimentón verde. Un vino serio que en boca presenta un sabor a cáscara de naranja y vainilla.

Precio:	Puntuación:
$50.900	

¿Cuál es su opinión sobre este vino?

Distribuidor: Dislicores
Teléfono: (1) 371 0899

Corte por la línea punteada y coleccione estas Notas de Cata.

DISFRUTA TUS MEJORES MOMENTOS CON VINOS ETCHART

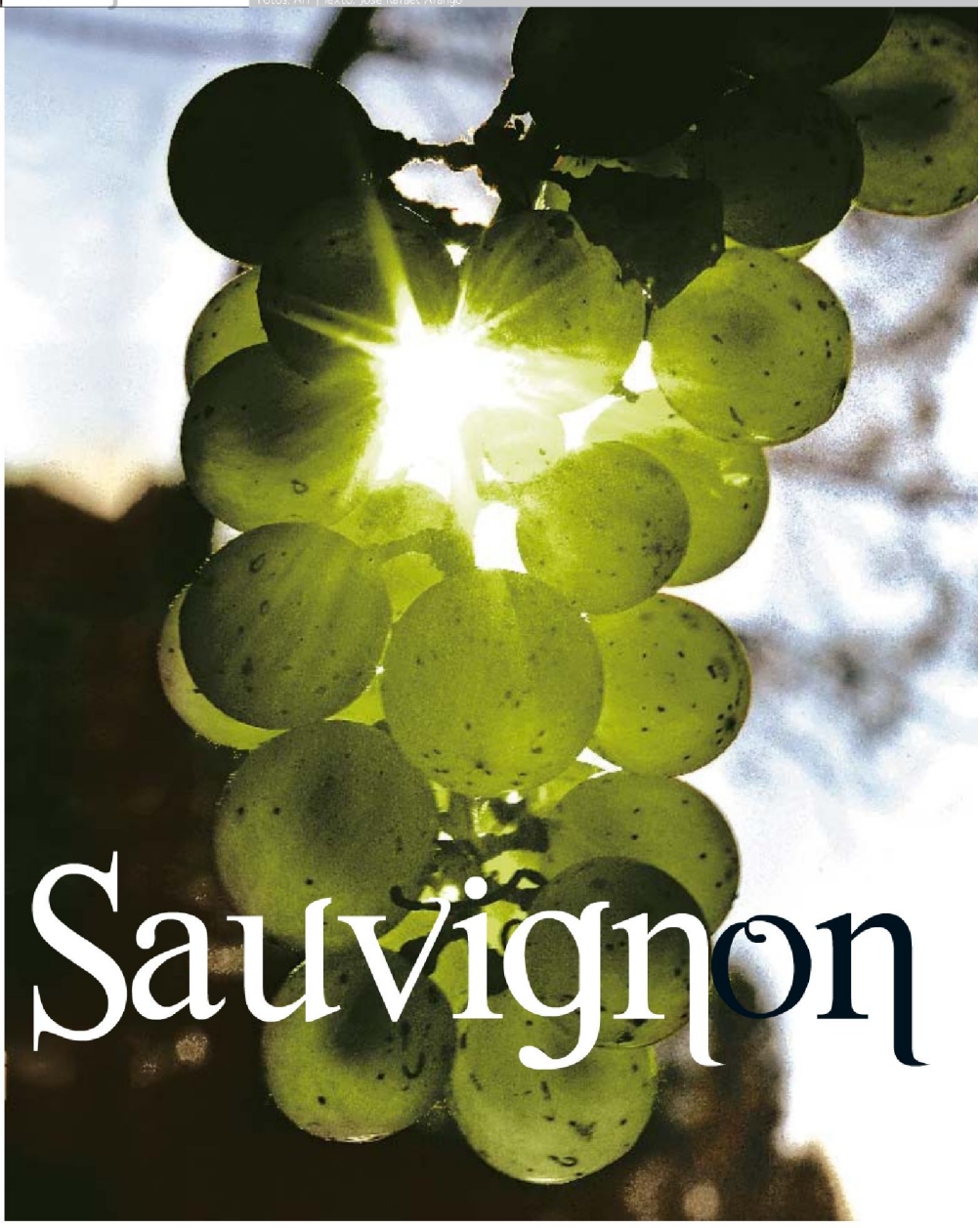
EST. 1850

BODEGAS ETCHART

CAFAYATE · SALTA · ARGENTINA

Prohíbase el expendio de bebidas embriagantes a menores de edad, ley 124 de 1994. El exceso de alcohol es perjudicial para la salud, ley 30 de 1986.

Fotos: AFP | Texto: José Rafael Arango



Sauvignon

blanc, besos de limón

Su simple descripción nos pone agua la boca. El olor de pimentones verdes cortados con un cuchillo de plata contrasta con el del maracuyá y kiwi bañados en jugo de lima. La más natural y la que menos madera usa, se ama o se odia pero no pasa desapercibida. Disfrute una copa con un ceviche de corvina y un beso de limón.

El nombre sauvignon blanc parece venir de la contracción de *sauvage* (salvaje) y *vignon* (viña), por lo que podríamos deducir que se trata de la adaptación de una cepa salvaje francesa. Esta rebelde, indómita y feroz, no pudo ser mejor bautizada: no conoce de falsedades, muestra a donde quiera que va su carácter cítrico, mineral y herbáceo, e incluso se le atribuye la maternidad de la variedad cabernet sauvignon al cruzarse siglos atrás con la cabernet franc.

Oz Clarke, el afamado crítico inglés, asegura que la sauvignon blanc nació en 1973, cuando Nueva Zelanda produjo la primera cosecha de esta variedad; y aunque es originaria del valle del Loira en Francia, Nueva Zelanda le dio mayor importancia a la expresión del *terroir* que a las características de la uva como tal. En Burdeos se suele mezclar con su compañera inseparable: la uva semillón. Sin embargo, su expresión varietal pura y llana afloró en tierras neozelandesas con sus celebrados y reconocidos vinos, y le siguieron Chile y Sudáfrica.

A esta uva le gusta el frío y disfruta del mar. Basta ver lo que se está haciendo en los valles de Leyda y Casablanca en Chile; en la Coastal Region sudafricana y en el Marlborough Valley neozelandés. En Francia, los viñedos del Loira central ostentan como las joyas de su diadema a Sancerre y Pouilly-Fumé, y el vino más famoso del mundo hecho con esta variedad y semillón: el Château D'Yquem, vino de la región de Sauternes en donde se elaboran algunos de los fermentos dulces más famosos del mundo; en tanto que en climas más templados el vino pierde acidez y ese 'nervio' que atraviesa el paladar de sus fanáticos.

De uvas verdes esféricas, racimo pequeño y bajo rendimiento, es capaz de producir vinos blancos aromáticos de gran calidad y fresca acidez. Fermentado y envejecido en roble, adquiere notas lácticas y un tono tostado de color nuez.

Expresión varietal: tipicidad de una sola variedad de uva.

Fotos: Clara Moreno | Texto: José Rafael Arango

Sauvignon Blanc, la cepa cítrica

Amayna

Bodega: Viña Garcés Silva
Variedad: sauvignon blanc 100%
Año: 2007
País de origen: Chile
Zona: Valle de Leyda
Crianza: 2 meses en acero inoxidable

Con apenas 3.700 cajas producidas este año, Amayna se ha convertido en un clásico chileno de la zona de Leyda y San Antonio con sus soberbios viñedos mirando al Pacífico. La crítica no lo baja de 90 puntos y es un gran exponente del nuevo mundo. De color amarillo pajizo, presenta en nariz notas de grafito, flores blancas y limón de pica, como se conoce en Chile al limón pequeño. En boca ofrece acidez balanceada y fruta con notas salinas. Se disfruta mejor a 9 °C.

Precio:	Puntuación:
$70.000	

¿Cuál es su opinión sobre este vino?

Distribuidor: Viñas Boutique
Teléfono: 313 686 3976

Château Beauregard Ducasse

Bodega: Château Beauregard Ducasse
Variedad: semillón 60% y sauvignon blanc 40%
Año: 2008
País de origen: Francia
Zona: A.O.C. Graves, Burdeos
Crianza: 8 meses en acero inoxidable

Graves es un *terroir* excepcional, notable por sus tierras de canto rodado que absorben calor durante el día y lo irradian en la noche favoreciendo la madurez de la vid. Gracias a su cercanía al mar ofrece un color amarillo dorado; en nariz expresa almendras tostadas y heno. En boca, hierbabuena, mejorana y cáscara de naranja. Elegante y expresivo, se puede servir a 11 °C.

Precio:	Puntuación:
$51.900	

¿Cuál es su opinión sobre este vino?

Distribuidor: SPR Gastronomie
Teléfono: (1) 211 7077

Dolium Petit Reserve

Bodega: Viña Dolium
Variedad: sauvignon blanc 100%
Año: 2007
País de origen: Argentina
Zona: Luján de Cuyo, Mendoza
Crianza: 12 meses

Alguna vez juré que el sauvignon blanc nunca recibía barrica de roble, y que si lo hacía, su permanencia era cuestión de semanas. De manera sorpresiva he recibido este ejemplar con 12 meses de barrica de roble. En nariz ofrece notas a toronja, mango y banano. En boca es muy mineral y presenta una acidez intacta. Vale la pena probarlo y aceptar que en vinos todos los días se aprende. Tómelo a 8 °C.

Precio:	Puntuación:
$60.000	

¿Cuál es su opinión sobre este vino?

Distribuidor: Vinos del Río
Teléfono: (1) 530 4741

Floresta Leyda

Bodega: Santa Rita
Variedad: sauvignon blanc 100%
Año: 2007
País de origen: Chile
Zona: Valle de Leyda
Crianza: 4 meses en acero inoxidable

El enólogo Andrés Ilabaca se perfila como uno de los grandes de Chile. De la mano de su maestra Cecilia Torres ha acumulado suficiente experiencia, al punto de entregarnos este interesante sauvignon blanc marino, de color amarillo canario evolucionado por sus tres años, que presenta en nariz notas a miel, espárragos y piña verde. En boca despliega una acidez varietal típica con notas salinas y una marcada frescura. 8 °C es su correcta temperatura de servicio.

Precio:	Puntuación:
$60.000	

¿Cuál es su opinión sobre este vino?

Distribuidor: Diageo Colombia
Teléfono: (1) 640 5606

Corte por la línea punteada y coleccione estas Notas de Cata.

Cítrica, mineral, herbácea... Esta uva necesita pocos artificios para mostrar su verdadera casta, elegancia y complejidad. Una joya que se deja descubrir con facilidad.

Monkey Bay

Bodega: Constellation Wines
Variedad: sauvignon blanc 100%
Año: 2007
País de origen: Nueva Zelanda
Zona: Marlborough
Crianza: 0 meses

Cuenta el escritor de vinos Oz Clarke que esta cepa floreció ante el mundo cuando Nueva Zelanda comenzó a hacer su vino en 1973. Creo que el autor inglés tiene razón, pues este país entrega los mejores sauvignon blanc del planeta. Pese a su juventud, este vino llega con carácter y elegancia. De color amarillo dorado, su nariz salina resalta notas a espárragos y kiwi. En boca se complementa con matices de evolución. Bébalo a 7 °C.

Precio:	Puntuación:
$35.000	

¿Cuál es su opinión sobre este vino?

Distribuidor: ECU Ltda.
Teléfono: (1) 257 1686

Terrunyo

Bodega: Concha y Toro
Variedad: sauvignon blanc 100%
Año: 2007
País de origen: Chile
Zona: Valle de Casablanca
Crianza: 6 meses en acero inoxidable

Ignacio Recabarren, autor de este vino, es uno de los padres de la enología moderna chilena. Inquieto, estudioso y con trazas de genio, nos regala este ejemplar inolvidable, consecuencia de un viaje a Nueva Zelanda en donde conoció de cerca la vinificación de esta variedad. De color amarillo verdoso es muy brillante en copa. En nariz recuerda el césped recién cortado, frutas cítricas y mucho pedernal. En boca es explosivo, con notas refrescantes de espuma de limón. Sírvalo a 8 °C.

Precio:	Puntuación:
$67.000	

¿Cuál es su opinión sobre este vino?

Distribuidor: Global Wine & Spirits
Teléfono: (1) 587 6070

T.H. Lo Abarca

Bodega: Undurraga
Variedad: sauvignón blanc 100%
Año: 2008
País de origen: Chile
Zona: Valle de Lo Abarca
Crianza: 4 meses en acero inoxidable

Hace un par de meses en el Royal Opera House de Londres, este vino recibió el trofeo al mejor sauvignon blanc en el concurso Decanter World Wine Awards 2009. Lo insólito es que se consiga en Colombia por esta pírrica suma, lo cual demuestra que vale más la información que el dinero al probar grandes vinos. De color amarillo tenue, en nariz presenta aromas a kiwi, espárragos y grafito. En boca ofrece una acidez acerada, con peras y limones. 7 °C es su temperatura.

Precio:	Puntuación:
$85.000	

¿Cuál es su opinión sobre este vino?

Distribuidor: Pedro Domecq Colombia
Teléfono: (1) 425 4460

Saint-Bris

Bodega: William Fevre
Variedad: sauvignon blanc 100%
Año: 2007
País de origen: Francia
Zona: Chablis
Crianza: 12 meses en acero inoxidable.

Es el sauvignon blanc más septentrional de Francia, plantado en pleno corazón de Chablis, la tierra sagrada del chardonnay. Es considerado una rareza. Proviene de viñedos de más de 30 años y recibe fermentación maloláctica que le aporta redondez y carácter. En vista es amarillo limón, y en nariz aporta toronja, curuba y maracuyá. En boca es elegante, con acidez marcada pero no agresiva. Un tesoro para los cazadores de vinos raros. 8 °C es la temperatura ideal.

Precio:	Puntuación:
$50.500	

¿Cuál es su opinión sobre este vino?

Distribuidor: La Vinoteca Francesa
Teléfono: 301 364 0992

Fotos: Clara Moreno, cortesía Pernod Ricard y Marpico | Texto: José Rafael Arango

Frío para el vino

¿Se ha preguntado alguna vez por qué se enfrían los vinos blancos y algunos tintos? Cada ejemplar requiere de una correcta temperatura de servicio al desembocar en su copa.

Los vinos presentan características de aroma y sabor que mejoran o empeoran con las variaciones de temperatura. En los vinos blancos la característica fundamental es su acidez distintiva, y en la medida que ésta sea mayor la temperatura de servicio debe ser más fría. Un sauvignon blanc, por ejemplo, se sirve a 8 °C, pero si su acidez es menor puede servirse más temperado; mientras que un chardonnay se aprecia mejor si se sirve a 10 °C.

Por su parte, los vinos espumosos requieren de 'un toque extra' de frío y se pueden servir a 6 °C, así su burbuja logrará producir una mayor sensación de frescura, en tanto que la temperatura ideal de servicio de los vinos rosados es de 12 °C.

Los tintos también se enfrían

Pese a tener diversos niveles de acidez, la característica fundamental de este tipo de ejemplares viene dada por la cantidad de taninos que posee la uva. Éstos son los encargados de dejar esa sensación pastosa o secante en boca cada vez que se bebe un sorbo. Ponga en práctica este consejo la próxima vez que destape un tinto: a mayor cantidad de taninos, la temperatura de servicio puede ser más alta. Por ejemplo, un cabernet sauvignon se puede servir a 18 °C; en cambio un pinot noir de baja carga tánica debe ofrecerse a 15 °C.

Una loca geografía

Montañas, valles, playas y altiplanos. Cada territorio ofrece retos a la hora de servir un vino. En ciudades 'de tierra fría' como Bogotá, Tunja o Pasto se debe tener una hielera grande que cubra la botella de vino blanco. Es aconsejable llenarla con agua fría y hielo, y esperar a que éste llegue a los 8 °C (6 °C en el caso de los espumantes).

Para los tintos, en la mayoría de los casos es suficiente la temperatura ambiente para obtener un servicio ideal, salvo algunas uvas de taninos bajos que pueden recibir unos minutos de nevera o hielera sin alcanzar el frío extremo de los blancos.

El vino gana un grado cada tres minutos, por eso si desea tomarlo a 10 °C, sírvalo a 6 °C para que se tempere durante la conversación.

Ciudades más tropicales como Cali, Medellín, Barranquilla o Cartagena necesitan un mayor cuidado a la hora de servicio. Se aconseja consumir los blancos muy fríos, incluso por debajo de la temperatura señalada. En el caso de los tintos, 'refrescar' las botellas no es un pecado. Esta operación consiste en bajar la temperatura de la botella en hielera durante algunos minutos mientras alcanza los 15 ó 16 °C.

Una precaución a la hora de tomar vino es que nunca sobrepase los 20 °C, pues esto dispararía la sensación alcohólica enmascarando delicados aromas y sabores claves que destacan su elegancia.

La temperatura de servicio del vino

17-18 °C
Tintos de taninos altos y crianza

14-16 °C
Tintos de taninos bajos y jóvenes

10-12 °C
Blancos de acidez baja, rosados y dulces

8-10 °C
Blancos de acidez alta, Jerez y Manzanilla

6-8 °C
Espumosos secos

4-6 °C
Espumosos semisecos

Queremos que nunca se te PARE!

Cuida tu corazón

La avena regula los niveles de azúcar en la sangre, reduce el colesterol y ayuda a controlar el peso.

Nuevas galletas de avena.

Más avena, más vida.

QUAKER

Foto: Mario Inti García | Texto: Margarita Bernal. | Utensilios: Oporto Mesa y Cocina

Sin prisa pero sin pausa

¿Desayunamos o almorzamos?

Al periodista inglés Guy Beringer se le debe el invento de esta deliciosa combinación, no sólo de palabras (*breakfast* y *lunch*), sino de sabores e ingredientes. Remontémonos a 1896, año en que surgió la idea del *brunch* como una alternativa para los cazadores que regresaban hambrientos a sus casas a una hora inconveniente, ya que si desayunaban era muy tarde y se les dañaba el almuerzo, y si almorzaban se quedaban con las ganas de desayunar. Fue así como surgió esta grandiosa idea: ¿por qué no desayunar y almorzar al mismo tiempo?

Al eliminar la necesidad de madrugar a desayunar el domingo, esta propuesta culinaria tiene gran acogida por parte de alegres y fiesteros, ya que su mayor virtud es permitir 'irse de rumba' y acostarse a la madrugada, para poder levantarse tarde y hambriento al día siguiente. Por eso es considerado el remedio perfecto para el guayabo.

La música, aliada indispensable

Arme una lista enfocándose en géneros como *jazz, blues, chillout, bossa nova, soul, triphop* y *lounge*, incluyendo:

Chasing pirates - Norah Jones (de su nuevo trabajo discográfico *The Fall*).
I'm yours - Jason Mraz
Just like a star - Corinne Bailey Rae
Haven't met you yet - Michael Bubble
The Sea - Morcheeba
Ain't that a kick in the head - Frank Sinatra
Unchain my heart - Ray Charles
Back to black - Amy Winehouse
All at sea - Jaime Cullum
Hope - Jack Johnson

El *brunch* es un invento divertido, sociable y gastronómicamente variado. Mate dos pájaros de un solo tiro: desayuno tardío y almuerzo tempranero.

Brunch temáticos

- Mexicano: chiles, tortillas, chilaquiles, huevos rancheros, chocolate, agua de tamarindo y de Jamaica.
- Español: tortilla, jamones, quesos, churros, chocolate y sangría.
- Colombiano: calentados, tamales, arepas, carne en bistec, panes y amasijos típicos, jugos de frutas autóctonas como el lulo mezclado con vodka.
- Picnic *brunch*: ideal para días soleados. Está compuesta por canastas con panes, quesos, frutas, sándwiches, tortas y jugos.
- Hawaiano: piña colada, ron con agua de coco, frutas tropicales, jamones, pescados y mariscos.
- Fechas especiales: *Birthday Brunch*, *Christmas Brunch*, *Halloween Brunch*, Día de la Madre, Día del Padre, *Saint Valentine's Day* y fiestas infantiles.
- Karaoke *brunch*: por excelencia es el plan para compartir entre amigos: mezclar comida con música y algunos talentos.
- Francés: *omelettes*, patés, *croissant* con jamón y queso, pan *baguette* y *au chocolat*, ostras frescas con limón, tabla de quesos y jamones, caviar, mimosa y fresas con chocolate.

Los 10 mandamientos del *brunch*

- Cite a sus invitados desde las 11 de la mañana hasta las dos de la tarde, ya que puede correr el riesgo de que se convierta en almuerzo.
- Siempre planéelo los fines de semana, especialmente los domingos.
- Sirva platos dulces y salados mezclando elementos del desayuno y del almuerzo.
- Ofrezca un coctel de bienvenida. La mimosa y el bloody mary nunca fallan.
- Invite a familiares o amigos, nunca al jefe, empleados o clientes.
- No pueden faltar en la mesa huevos benedictinos, una variedad de panes, mermeladas, confituras, carnes frías, quesos y jugos frescos. Decore la mesa con flores y frutas frescas.
- El café y el té son las bebidas calientes por excelencia para acompañar un *brunch*.
- Sirva la comida mediante un *buffet*. Lo ideal es que cada invitado escoja lo que se quiere comer.
- Avise a sus invitados con anticipación para que puedan programarse.
- Tómeselo con calma, ofrezca porciones moderadas y disfrute, deguste, converse y comparta.

Foto: cortesía IKEA Ibérica S.A.

Ideas para una cocina pequeña

La cocina es el corazón del hogar, un ambiente en el que pasamos tiempo. Sin embargo, no siempre contamos con suficiente espacio, así que es necesario aprender a aprovechar cada rincón. ¿Cómo lo hizo Ikea?

AROMA DE HOGAR

Encienda la chimenea y agregue cáscaras de naranja, limón y otros cítricos. Otra forma de aromatizar es agregando los cascarones en agua hirviendo junto con clavos y canela.

Por Lorenzo Meazza

A la hora de diseñar una cocina al mejor estilo Ikea, debemos plantearnos cuáles son nuestras exigencias del día a día y qué actividades queremos desarrollar allí, como cocinar, enfriar, almacenar y lavar, lo cual denominamos triángulo de trabajo. Estas zonas deben facilitar el desplazamiento consiguiendo economizar movimientos.

La distribución más común en una cocina pequeña es 'en línea'. Esta cocina (en la foto) mide apenas seis metros cuadrados, con una configuración en línea, a excepción de la función de enfriar, que está en la esquina opuesta. Con el fin de maximizar el espacio de trabajo ubicamos en el rincón cercano al lavaplatos un carrito de metal fácil de mover y limpiar, con bandejas y ganchos para almacenaje.

En Ikea contamos con un sistema de almacenaje inteligente y personalizado para aprovechar el espacio al máximo en lo que necesitamos 'a la mano'. Las alacenas extraíbles son un aliado perfecto para aprovechar hasta el último rincón, con estantes resistentes, regulables en altura y que se pueden extraer totalmente accediendo hasta el fondo. Esta configuración de alacena es ideal para guardar conservas, latas, bolsas de harina, azúcar, etc.

Otro ejemplo son las cestas giratorias para los armarios de esquina, que resultan perfectas para guardar ollas y sartenes regulando su altura. Así aprovechamos todo el espacio del rincón de la cocina y conseguimos un fácil acceso.

En la parte inferior ubicamos cajones de almacenaje de diferente altura para tener una visión desde arriba de su contenido y acceder cómodamente a los productos. Además, en la parte superior se encuentran armarios hasta el techo para almacenar víveres, y abajo vitrinas para mostrar nuestra vajilla. En la parte alta también se encuentran los elementos que no utilizamos en el día a día. Es importante contar con un taburete-escalera de apoyo que colocamos en un rincón para poder acceder a los armarios altos.

Es vital aprovechar al máximo el espacio de la pared utilizando soluciones de almacenaje como escurreplatos, portacubiertos, botelleros, barras magnéticas para cuchillos, cestos, ganchos y soportes con punto, que liberan espacio.

Una buena iluminación es fundamental para que un espacio pequeño resulte funcional y acogedor. Además, se pueden ubicar diferentes puntos en zonas de trabajo y luminosidad decorativa dentro de las vitrinas o en la parte superior de las puertas.

Lorenzo Meazza:
Diseñador de Interiores de IKEA Ibérica S.A.

Fotos: Clara Moreno | Utensilios: cortesía Carmiña Villegas - Oporto Mesa y Cocina

Gadgets biches

Las más importantes casas de diseño italianas y suecas presentan su colección primavera-verano, en la que colores llamativos se toman los utensilios multi funcionales. La sencillez, la creatividad y la belleza de las formas pueden hacer parte de su mesa y cocina.

Fotos: AFP

Diferencias ‘a manteles’

La etiqueta es una tradición consentida. Las costumbres culinarias generan diferencias, y la violación de sus reglas causa desgracia pública y enemistades familiares. Conózcalas para evitar malentendidos.

Héctor Mora: ha recorrido el mundo entero, e incluso logró ingresar a los monasterios tibetanos con cámara en mano. Actualmente es asesor de viajes.

Por Héctor Mora

Los modales en la mesa son una fórmula de respeto tanto en oriente como en occidente. Un viejo proverbio reza que “en la mesa y en el juego se conoce el caballero”, y por eso debemos cuidar nuestro comportamiento en todas las mesas del mundo.

En China por ejemplo, una persona que toma la última pieza de comida de un plato común sin ofrecerlo primero a los demás es vista como un glotón. Si lo invitan a cenar a una casa china, no se le ocurra hablar de negocios y preocúpese por llegar puntual y quitarse los zapatos en la entrada.

En occidente se acostumbra comer todo lo que le sirven al invitado, pero en este país es recomendable no dejar el plato completamente limpio, pues corre el riesgo de que piensen que lo ha despachado todo porque no ha tenido suficiente, considerándolo como una ofensa. Entre tanto, dejar un plato servido sin tocarlo es considerado un desprecio hacia los anfitriones. Al menos pruébelo por cortesía.

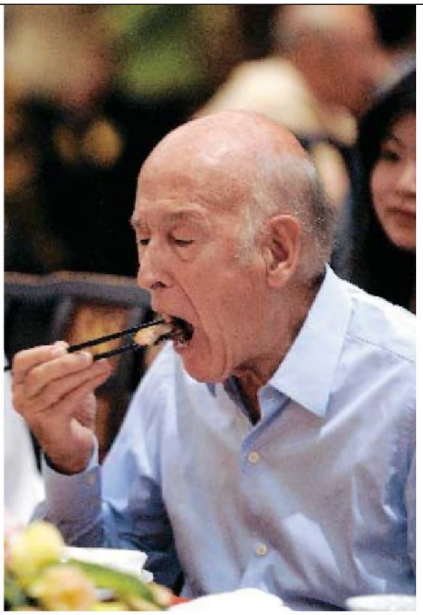
Existen alimentos poco utilizados en la cocina occidental, considerados un manjar para los orientales, como escorpiones, langostas, serpientes, carne de perro y tortuga. Haga un esfuerzo por probarlos aunque no le gusten, porque de lo contrario ofenderá la generosidad de su anfitrión.

Si Francia posee una elevada cultura en materia de vinos, los japoneses ‘se vuelcan’ en el té y no saben vivir sin el complejo ritual de 18 pasos que realizan durante hora y media. Es toda una tradición conectada con su cultura espiritual. Durante la cena es tradición dejar que la persona de al lado le sirva su porción. Por eso esté atento al momento de servir a su vecino y asegúrese de hacer *refill* a su bebida.

En el Lejano Oriente los palillos reemplazan los cubiertos. Son más higiénicos que un tenedor que va a la boca de centenares de personas al día, y además su manejo es tan práctico como ceremonioso. Los palillos se deben tomar por el extremo, no por la mitad. Cuando no los esté usando o haya acabado de comer, déjelos con la punta hacia la izquierda: apuntar al comensal que está en frente es falta de respeto. No los entierre en la comida, pues esto sólo se hace en los funerales, cuando se deja arroz en el altar. Y nunca, nunca señale con ellos.

Tanto en Nueva Delhi como en los países islámicos, la mano izquierda realiza las tareas de higiene personal, por lo que esta extremidad es considerada impura. Según las costumbres, antes de comer se debe sentar en una esterilla y recoger su cena del plato, utilizando cuatro dedos de la mano derecha menos el índice, el cual es considerado sucio.

Para los musulmanes el pan es un símbolo religioso y es una ofensa tirarlo al suelo; entre tanto, las carnes rojas y las vísceras de cualquier animal son alimentos prohibidos en su dieta; y durante la época de ayuno obligatorio del



Ramadan sólo se expende comida diurna en los sitios autorizados para los extranjeros. Las leyes en esta cultura son muy severas con quienes no acatan sus leyes y hay detalles en la mesa que deben ser tenidos muy en cuenta. No olvide que "a donde quiera que vaya, haga siempre lo que ve".

También tenga en cuenta las tradiciones en la mesa al momento de beber, como por ejemplo el brindis, que integra al visitante a la calidez local. En este caso, los tibetanos humedecen el índice en la bebida para ahuyentar los espíritus. Pero no se atreva a decir "whisky" para que todos sonrían ante la cámara, pues el alcohol es considerado un tabú.

Siempre que viaje asegúrese de conocer las costumbres gastronómicas del lugar que lo recibe, cualquier imprudencia de su parte podría significar una grave ofensa para sus anfitriones.

A comer de todo

En Islandia el apetecido *hákarl* o carne de tiburón podrida permanece seis meses enterrada antes de su consumo. No olvide comer toda la ración ofrecida por el anfitrión, al igual que los *lundi* o carne de foca y de ballena que causa controversia entre los invitados por su sabor agrio.

Hay alimentos poco utilizados en la cocina occidental, que para otras culturas son un manjar a tal punto de convertirse en sus productos *delikatessen*. Escorpiones, langostas, serpiente, carne de perro, tortuga etc., son considerados platos de lujo. Haga un esfuerzo por probarlos aunque no le guste.

En América Latina no todos los platos famosos son aristocráticos. La *feijoada* brasilera es preparada con el rabo, la lengua y las orejas del cerdo; los mexicanos comen gorgojos vivos, cucarrones, chapulines y serpiente, mientras que nosotros comemos hormigas culonas.

Ramadán: noveno mes del calendario musulmán en el que se realiza un ayuno diario desde el alba hasta la puesta del sol.

Foto: cortesía Discovery Travel and Living

Sin querer queriendo

Andrew Zimmern, una de las personalidades más reconocidas del mundo gastronómico y presentador del programa *Comidas exóticas*, del canal Discovery Travel and Living, recuerda en **Cocina Semana** algunas 'metidas de pata' a la hora de compartir la mesa.

¿Ha 'metido la pata' mientras compartía la cena con alguna comunidad?

Cierta vez metí mis palillos dentro del arroz mientras estaba en China y me dijeron inmediatamente que los sacara. Dos de estos utensilios 'saliendo del suelo' en este caso, del tazón de arroz, significa entierro, y lo que estaba haciendo era literalmente 'levantando a los muertos.' También he cometido el error de usar mi mano izquierda en algunos hogares musulmanes en donde esta extremidad está reservada para el aseo personal. En Uganda, Botswana y Tanzania comí antes de que el hombre más anciano de la tribu lo hiciera, lo cual está muy mal hecho. En Camboya comí tarántulas tomándolas de la sartén antes de que el chef las sirviera, y lastimosamente no las había dejado cocinar lo suficiente y mi boca y garganta se adormecieron. También he roto sillas comiendo con nativos que son muy pequeños. ¡He demolido comedores enteros!

UN BRINDIS CACHACO

En una olla mezcle tres tazas de aguardiente, tres de aguapanela y seis astillas de canela sin dejar hervir. Agregue también hojas de hierbabuena fresca y clavos de olor. Sírvalo con unas gotas de limón.

¿Cuál podría ser la cultura que tenga más rituales alrededor de la comida o comportamientos extraños?

La norteamericana. Tenemos muchos mitos y comportamientos extraños en relación con la comida. La mayoría se levantan alrededor de un falso sentido de propiedad; hemos negado nuestras raíces y fuentes de comida saludable, y eso es muy triste. Por otro lado, las costumbres tribales en África son más lógicas y prudentes. Ellos cazan sólo lo que pueden comer y les permiten a los adultos mayores comer primero. Tuve la oportunidad de compartir con una tribu de 30 miembros en el Kalahari, y no cazaban un animal que pesara más de 45 libras, pues su grupo no podía comer algo más grande. Con frecuencia pasaban hambre si sólo había animales grandes para cazar. Volviendo a América, nosotros hacemos exactamente lo opuesto: le rendimos culto al derroche y a la glotonería, ignoramos el balance en nuestra dieta y creamos reglas y costumbres tontas para esconder la ignorancia.

¿Algunos de los comportamientos occidentales son ofensivos para otras culturas?

En Vietnam creen que somos muy derrochadores debido a nuestros hábitos. Ellos son muy delgados y comen ascéticamente, y nuestra actitud frente a la comida es ofensiva para ellos.

Colombia es pasión

Dale un *touch* personal a tu cocina
y siente la exclusividad del

TOUCH Pad

Disfruta nuestra línea de electrónomésticos INDURAMA con tecnología TOUCH Pad* única en Colombia. Una experiencia que hace de tu cocina un lugar simplemente inspirador.

*Tecnología aplicada unicamente en estufas.

Indurama Inspira

01 8000 11 4030 - www.indurama.com
Línea Gratuita Nacional

Foto: Clara Moreno

Entre fuegos

Cocción por expansión

Nivel del fuego: bajo
¿Cuándo se usa? Para hervir, pochar, blanquear y escalfar.
En este tipo de cocción se extraen los sabores y los jugos de cada alimento para mezclarlos con los otros. Entre más tiempo se mantenga el ingrediente en el fuego, los resultados serán mejores, puesto que los alimentos expulsarán al máximo sus jugos.

Cocción mixta

Nivel del fuego: de medio-alto a bajo
Métodos de cocción: Brasear, confitar, estofar o saltear en salsa.
La forma correcta de lograr este tipo de cocción es realizando una cocción por concentración, agregar un medio líquido al alimento, como caldo o agua caliente, y continuar con la cocción por expansión. La intensidad del fuego debe variar comenzando con una temperatura media-alta, la cual se reduce a fuego bajo.

Pochar o sofreír: cocer un ingrediente dentro de una materia grasa o líquida.
Blanquear: pasar un alimento por agua hirviendo unos segundos. Luego se sumerge en agua helada para detener su cocción.
Escalfar: cocer un alimento en agua o caldo a punto de ebullición.
Brasear: cocer un alimento en sus propios jugos en una cazuela con tapa.

Cuando un inexperto se encuentra frente a una estufa, generalmente enciende 'a tope' su fuego y espera que la sartén caliente al máximo, sin saber que para cocinar la intensidad de la llama o del calor hace la diferencia en cada preparación.

CONFITAR Y CONFITURAS

Es la técnica de cocción de alimentos en aceite caliente sin que se doren. La temperatura del aceite no debe superar los 90 °C ni ser inferior a los 70 °C. Es indispensable tapar el alimento mientras se cuece lentamente a fuego medio. Las frutas y semillas también pueden ser confitadas cuando se bañan en azúcar o se cuecen en almíbar; a éstas se les llama confituras.

Una temperatura para cada preparación

Fuego bajo
- Reducción de salsas
- Aderezos
- Jaleas y mermeladas
- Cazuelas

Fuego medio
- Horneados
- Glaseados
- Gratinados
- Asados

Fuego alto
- Salmón ahumado
- Verduras salteadas
- Lomo salteado
- Frituras

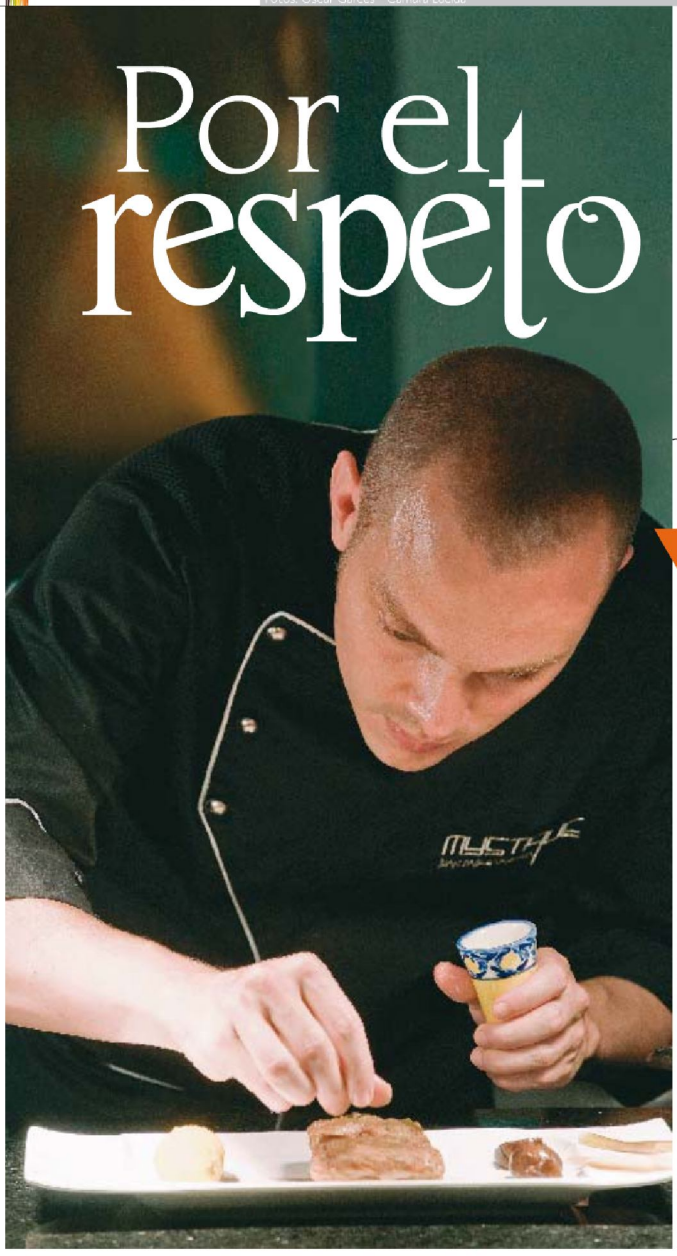
Cocción por concentración

Nivel del fuego: medio-alto
¿Cuándo se usa? Ideal para asar, freír, saltear, gratinar y glasear.
Este tipo de cocción respeta el sabor y los jugos de los ingredientes. Comience con fuego medio-alto, de esta manera los alimentos se sellan manteniendo en su interior los líquidos y sabor original.

Saltear: cocer un alimento en un medio graso y con el fuego vivo, removiendo con energía. Dorar un alimento en aceite o mantequilla para sellar sus jugos.
Glasear: cubrir los alimentos con una capa líquida de agua-azúcar o miel para dorar su superficie.

Fotos: Oscar Garcés - Cámara Lúcida

Por el respeto



Cada confección gastronómica que sale de la cocina de Mystique nos hace agua la boca. Detrás de un plato se vislumbra un cocinero honesto y sencillo que sabe lo que está haciendo.

La primera vez que Juan Pablo Valencia probó caviar fue durante un vuelo a Nueva York. Tenía ocho años, y este mágico descubrimiento se convirtió tiempo después en el sabor que más recuerda de su niñez y el inicio de una bitácora de viajes culinarios, experiencias y reflexiones que son moldeadas en cada plato que ofrece en su restaurante de Medellín.

Proveniente de una tradicional familia antioqueña muy básica en su comer, asegura que sus primeros pinos culinarios comenzaron en casa, junto a su nana Lourdes, gran cocinera de manos querendonas que aportaba sazón y amor a cada preparación. Y fue ese 'sabor de hogar' el que cultivó con sapiencia sin importar en qué lugar del mundo estuviera.

Siguiendo el consejo de su padre, amigo y confidente de viajes, siempre probó 'de todo' para saber si le gustaba o no. Y aunque es un amante de las 'preparaciones viscerales' asegura que al momento de preparar hígado de res y riñones de ternera se requiere responsabilidad y mucho profesionalismo.

Aunque comenzó estudiando Derecho, su amor por las artes culinarias lo catapultó a Johnson &

Wales University de Miami. Allí, sus papilas se rindieron ante los sabores del mundo. "Es difícil llegar a un estatus gastronómico *gourmet*. Los europeos crecen con un paladar afinado y yo conocía lo básico, no sabía distinguir el tomillo del romero", recuerda.

Su primer trabajo fue en el hotel Ritz Carlton de Key Biscayne, en donde el prestigioso chef catalán Jordi Vallès lo apadrinó. De él aprendió la virtud de la humildad en un cocinero, algo de cocina tradicional, a no enmascarar sabores y a ser honesto con el producto, sin ostentar.

Con tímida sonrisa y mirada transparente recuerda la primera vez que probó escorpiones. "Se marinan en vodka y se rebosan con harina, luego se 'tiran' a freír y se finalizan con gotas de limón". Su fascinación por la entomofagia comenzó a desarrollarse mediante la investigación. Muslitos de saltamontes y hormigas culonas lo llevaron a participar en la Feria Alimentaria de Barcelona en donde presentó ante eruditos culinarios del mundo su propuesta de tamalitos envueltos en masa de chapulines y gusanos de seda crocantes.

Pronto fue el mundo el que se rindió ante los pies de Juan Pablo. De la cocina croata en la Isla de Brac aprendió la simplicidad plasmada en un plato de pescados y mariscos rústico; y estuvo 'de tapeo' por Barcelona y visitando mercados de los cuales Jordi le hablaba. "Madrugaba a ver cómo el producto entraba a las boquerías. Era como ir a Disney".

Directamente desde Beijing se interesaron por su propuesta y como miembro de la brigada de cocina del hotel Renaissance se codeó con un batallón de cocineros chinos; y aunque la barrera del idioma se interpuso, aprendió a utilizar con agudeza aquel pesado cuchillo chino de hoja grande y gruesa, afilado y difícil de manipular.

Tercer destino: Washington D.C. Su nuevo hogar, un restaurante italiano en donde perfeccionó técnicas y preparaciones tanto itálicas como francesas. Le siguió la cocina de un hotel *boutique* entre las montañas de Virginia, cuya especialidad eran los animales de caza.

Luego regresó a Medellín para desempeñarse como docente. Notó entonces que sus estudiantes se fascinaban por hacer una espuma al mejor estilo Adrià y no en concentrarse al filetear un pescado. "Hay que enriquecerse de quemaduras y cortadas en las manos para manejar la cocina de un buen restaurante. No se trata de copiar trucos y aprovecharse del desconocimiento del comensal para descrestarlo".

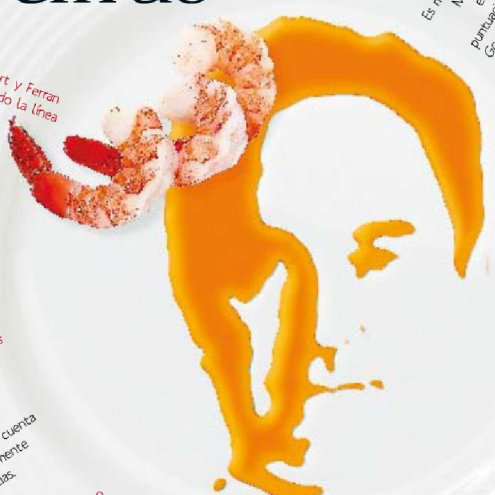
Juan Pablo es un abanderado de la cocina casera, y considera que se encuentra relegada no sólo en Colombia sino en el mundo. La tradición y la sabiduría culinaria que solía pasar de generación en generación se ha visto violentada por el microondas y la olla a presión. Hoy en día las despensas están llenas de enlatados y las salsas repletas de colorantes; los restaurantes irrespetan más el producto agregándole químicos, potenciadores de sabor y espesantes artificiales.

El invitado que visita Mystique vive intensamente una experiencia cargada de sensaciones, recuerdos, emociones y sorpresas.

Por eso, con mucha experiencia y dotado de cimientos serios y maduros, comenzó a bordar puntada a puntada la colección ***haute cousine*** que ofrece en Mystique desde finales del año pasado. Retoma con paciencia conceptos clásicos para construir vanguardia y provocar una estimulación constante de los sentidos, que permanezca en un recuerdo prolongado, como el de aquel bocado de caviar que el joven Juan Pablo recuerda sonriente.

El español Ferran Adrià, considerado como el mejor chef del mundo y papá de la revolución culinaria española, anunció que cerrará durante dos años su restaurante. **Cocina Semana** rinde un homenaje al genio culinario y su templo, deconstruyento su pasado y presente.

elBulli en cifras



Ferran Adrià cumplirá 50 años el 14 de mayo de 2012.

Ha recibido 36 premios y 12 reconocimientos nacionales e internacionales.

Es merecedor de tres estrellas Michelín, cinco gastronómicas en la *Guía Campsa*; una puntuación de 9,75 en la *Guía Gourmetour* y 9,75 en la *Guía Lo Mejor de la Gastronomía*.

Desde su entrada a elBulli en 1983, Adrià ha creado 1.214 platos.

Recibe aproximadamente un millón de llamadas de reservas al año. Éstas deben hacerse con un año de anterioridad.

Durante 2010 su temporada durará 136 días.

En la noche abren sus puertas desde las 7.30 hasta las 9.00 p.m.

Ha publicado siete libros junto a su hermano Albert Adrià y otros colaboradores.

6.000 personas al año buscan trabajar en elBulli. Sólo se contratan 70.

Su equipo de trabajo destina 4.000 horas anuales a la creatividad.

Atienden 15 mesas cada noche y 60 clientes al día, apenas 8.100 comensales cada año.

El equipo de cocina está compuesto por 29 cocineros. 20 personas al servicio de la sala y 70 extras trabajando en temporada alta.

Diariamente elaboran 1.500 preparaciones entre cocteles, *snacks*, tapas, *avant postres*, postres y *morphings*.

Se destapan más de 100.000 botellas de vino por temporada.

Su carta de vinos cuenta con aproximadamente 1.620 referencias.

El valor promedio por persona es de 300 euros incluyendo las bebidas.

El menú degustación tiene un valor aproximado de 215 euros.

Los hermanos Albert y Ferran Adrià han desarrollado la línea Texturas, compuesta por 22 productos gastronómicos indispensables para preparar sus platos.

Avant Postres: platos que se sirven antes del postre que proponen una transición gradual entre el mundo salado y el dulce.
Morphings: conocidos como 'los *snacks* de los postres', cambian su forma y color frente al comensal.

CALDERO COCOTTE

LA REVOLUCIÓN
DE LA COCINA LATINA

CALDERO COCOTTE

El producto ideal para vivir la cocina Latina!
Perfecto para cocinar, hornear o gratinar y llevarlo a la mesa.

imusa®

Encuentra los productos Imusa en los principales almacenes del país y Tiendas del Hogar Imusa www.imusa.com.co

Fotos: Clara Moreno | Texto: María Carolina Riaño A.

Karal

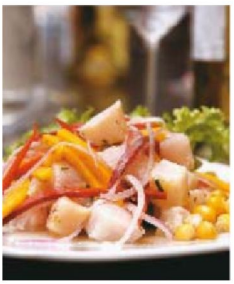
Dirección: Calle 93 No. 11A-11. Bogotá.
Teléfono: (1) 635 2877
Horarios: Lunes a domingo de 12.00 m. a 3.30 p.m. y de 6.30 p.m. a 10.30 p.m.
Precio promedio por persona: $40.000 pesos (incluye entrada, plato fuerte y postre).

El *boom* de la cocina peruana en Colombia no para de crecer. El protagonismo de pescados y mariscos frescos, el aporte indispensable de ajíes perfumados y el sabor único del limón recién exprimido hacen que esta propuesta culinaria sea bien apreciada.

Karal, nombre de una civilización redescubierta hace cinco años al norte de Lima, abre sus puertas en plena zona hotelera del Parque de la 93 y se suma a la lista de establecimientos que ofrecen esta oferta. No obstante, se posiciona por su excelente relación calidad-precio, generosidad y presentación innovadora de sus porciones y servicio impecable.

Un Pisco Sour tradicional servido en vaso corto y abundante de espuma da la bienvenida a un comensal que no se aburre de comer cebiches y tiraditos. La causa de camarones ($15.800) es presentada en un timbal al mejor estilo de un tartare de salmón. Su porción equilibrada la convierte en una entrada aconsejada en la que la cremosidad de la papa amarilla se complementa con un toque fresco y cítrico. Los camarones son de tamaño aceptable y están en su punto.

El cebiche de corvina en salsa de ají amarillo, pimentón, mango y limón ($15.800) sin un toque de salsa de rocoto (opcional) no sería un cebiche peruano. Es colorido, fresco, bien preparado y servido a la minuta.



Según su chef Larry Valencia, el pescado blanco debe tener un mínimo contacto con el zumo del limón para mantener su hálito marino, contrario a quienes lo dejan marinando durante 40 minutos, obteniendo trozos pastosos y ausentes de jugosidad. El contraste del sabor vegetal del pimentón con el mango biche es exótico y aplaudido. La torta de coco caliente es deliciosa e ideal para terminar una experiencia crítica.

Su carta de vinos es concreta. Cuenta con 13 referencias entre jóvenes, reserva y gran reserva del viejo y nuevo mundo. Cuentan con un experto maître argentino que con gusto hará realidad los maridajes más insólitos. Se recomienda probar cualquiera de sus cebiches acompañado de un vino blanco torrontés floral.

Fotos: Mario Inti García

La Fabbrica

En la receta de la verdadera *lasagna* italiana sólo se utiliza queso parmesano para gratinar. Descubra este tipo de *cucina* tradicional enmarcado en este hermoso espacio que se aleja del minimalismo y se acerca al valor de los objetos de diseño antiguos con una historia qué contar. Comparta una *pizza* con langostinos, camarones, calamares y chipirones, y de fuerte, unos *ravioli* de remolacha rellenos de cerdo.

Dirección. Calle 93A No. 13-25. Parque de la 93. Bogotá.
Teléfono. (1) 601 8266.
Horario. Lunes a sábado de 12.00 m. a 2.00 p.m. Domingo de 12.00 m. a 6.00 p.m.
Precio promedio por persona. $40.000 (incluye entrada, plato fuerte y postre).

Mi Calle

Siéntase en una típica calle del D.F. acompañado de Pancho Villa, Emiliano Zapata y Jorge Negrete. Es un sitio ideal para compartir, especialmente cuando a media noche llegan los mariachis a animar margaritas de mango biche que van llenos y regresan vacíos, acompañados de una botana mexicana con pellizcadas, chilapitas, quesadillas y totopos.

Dirección. Calle 120A No. 6-05. Usaquén. Bogotá.
Teléfono. (1) 612 4083.
Horario. De martes a jueves de 12.00 m. a 8.00 p.m. Viernes y sábados de 12.00 m. a 11.00 p.m.
Precio promedio por persona. $45.000 (incluye entrada, plato fuerte y postre).

Considerado como la base alimenticia de la población andina prehispánica y hoy en dia como uno los recursos utilizados por la NASA para la preparación de comida comprimida para los astronautas, este seudo cereal se reinventa en *tabbouhe*, *toppins*, ensaladas y postres desde hace un par de meses en plena Zona T de Bogotá.

No es un restaurante temático, pues sólo 25% de la carta utiliza amaranto en su preparación; tampoco una *trattorria* ni mucho menos un *bistró* o un restaurante de manteles. Es un restaurante-café casual, descomplicado (sin descuidar el buen gusto), que ofrece preparaciones saludables, naturales y nutritivas evocando raices latinoamericanas.

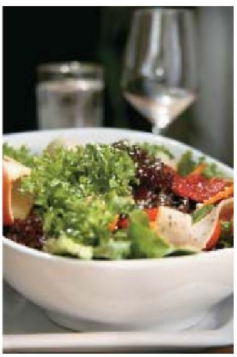
Un refrescante jugo de feijoa *frappé* rebosante y provocativo recibe a un comensal que busca alimentarse bien. La ensalada Amaranto ($11.000) compuesta por mix de lechugas, tomate cherry, tomates secos, zanahoria, pepino europeo, aceitunas negras, tofu ahumado, vinagreta de miel mostaza y pesto de amaranto es una excelente opción y lo dejará satisfecho. Si no está seguro de haber quedado bien almorzado, acompáñela con una sopa de ahuyama con peras caramelizadas y queso azul ($8.000) Una combinación clásica que nunca falla, con notas afrutadas a manzana y frutos secos.

Su carta también ofrece emparedados en pan *ciabatta* con abundante mantequilla, pimientos asados y perejil. El napolitano con queso holandés, mostaza y tomate marinados en aceite balsámico, ajonjoli y albahaca es uno de los favoritos, al igual que el de jamón ahumado, queso *tilsit* y rúgula. Los acompañamientos: una buena porción de ensalada o un mix de yucas, arracacha y plátanos.

Llega la hora del café con denominación de origen Santander o Huila. El primero es cítrico y ofrece aromas a naranja, mayor dulzura y suavidad al paladar; mientras que el segundo aporta aromas a fresas y es más cremoso y espeso, según el barista Juan Carlos Triana. Los recomendados son el Amaranto cítrico con naranja, *cointreau* y helado de vainilla, y el capuchino con leche de almendra. De postre, las bolitas de nuez y miel, una opción delicada, novedosa y sana. Un lugar digno de visitar, sobre todo por aquellos que buscan comer bien y a buenos precios.

Amaranto

Dirección: Avenida 82 No. 12-15, Zona T, Bogotá.
Horarios: De lunes a sábado de 9.00 a.m. a 1:00 p.m.
Teléfono: (1) 479 5216.
Precio promedio: $15.000 por persona.



Segafredo Zanetti Espresso

Foto: Nicolás Cabrera

El aroma del *espresso* italiano llega a la Zona T. Su cocina, dirigida por el chef Luca Plano, refleja lo más exquisito de la gastronomía sarda enmarcada en la trilogía clásica del rojo, blanco y negro de su decoración. La entrada recomendada es *bresàola*, preparación de la región alpina a base de chata de res madurada, y el *fritto* misto sardo para compartir.

Dirección. Calle 83 No. 12-23, Zona T, Bogotá.
Teléfono. (1) 635 4553
Horario. De lunes a sábado de 10.00 a.m. a 3.00 a.m. Domingos de 9.00 a.m. a 11.00 p.m.
Precio promedio por persona. $65.000 (incluye entrada, plato fuerte y postre).

El día que me quieras

Un jugoso bife de costilla de 430 g abre las papilas gustativas en este restaurante que se encamina a generar una auténtica cultura carnívora maridada con los mejores vinos argentinos. Aprenda de cortes, razas y cocciones recorriendo su curiosa cartilla educativa y menú en donde se destacan las empanadas argentinas de queso y cebolla acompañada con chimichurri de la casa.

Dirección. Calle 69A No. 4-26, Zona G, Bogotá
Teléfono. (1) 540 4585.
Horario. De lunes a sábado de 12.00 m. a 10.00 p.m. Domingos de 12.00 m. a 5.00 p.m.
Precio promedio por persona. $55.000 (incluye entrada, plato fuerte y postre).

Juan del Mar subió a la capital

Por Teodoro Madureira
teodoromad/reinahotmail.com
elmango.blogspot.com

Cuando puse un pie dentro de Juan del Mar, el nuevo local que este famoso cartagenero abrió hace poco en Bogotá, me recibió *Chan Chan*, de Buena Vista Social Club, y entonces me sali de la gran ciudad y recordé esa placita frente al Santa Clara con mesas sombreadas de a pocos. Esa tarde de sol, casi, casi como en Cartagena, destapé un refrescante Chandon Rosé ($70.000) que llegó agitado a mi mesa y terminó volcado en el piso en lo que sería, digamos, un primer y premonitorio tropezón.

La carta de vinos de este restaurante es generosa en espumantes, champañas y rosados, y recorre dignamente Chile, Argentina, California, España e Italia. En cambio, la carta de comidas si es bien magra. Salvo por las *pizzas*, las famosas *pizzas* de Juan del Mar, esas flacas y crujientes, no hay mucho más: algo de pasta (incluyendo las 'especiales': frutos del mar, con hongos o con mejillones, entre $27.000 y $30.000), y unas entradas que dan tristeza.

Yo, ingenuo, pedí los calamares apanados ($18.000), pensando que es poco probable arruinar este plato que se luce por su sencillez. Pues me sorprendieron: cauchudos como una suela, tiesos cual palo de escoba, despojados completamente de su textura y entrapados en una grasa de sabor denso y agrio. ¡Fatal! ¿Cómo es posible arruinarlos, pero arruinarlos tanto, como con rabia? Para pasar este mal sabor pedí un carpaccio de pulpo ($24.000)... y ni fu ni fa: generosa porción, eso si, divinamente presentado en un plato con forma de pez, pero tan sin sabor que me hubiera dado igual masticar la servilleta.

Entonces, a lo que vinimos, porque uno en Cartagena va a Juan del Mar a comer *pizza*, y a lo mismo en Bogotá. Antes, hace unos años, los restaurantes de Juan del Mar se perfilaban como una potencia gastronómica en La Heroica, pero ahora se han dedicado más a la farándula y al toreo que al cuchillo y la sartén, de tal manera que sus locales se fueron a menos, sobreviviendo la pizzeria gracias a una nutrida fanaticada turistica. Pedí la *pizza* appenino ($33.000), con *mozzarella*, jamón de regular calidad, salami, unas pocas rodajitas de salchicha picante y algo de tocineta, un poco pobre si se recuerda su precio, pero al fin y al cabo esa deliciosa *pizza* crujiente que en Cartagena envuelvo cual barquillo para devorar en dos o tres dentelladas.

Luego asumí emocionado una *pizza* milano, con *mozzarella*, jamón y albahaca ($22.000), igual de crocante e igual de rica, aunque ausente en albahaca. Me sobraron unas cuantas cuñas que pedí para llevar y despaché al otro día. ¿Han notado lo rica que se pone la *pizza* trasnochada?

Al final, un flan de crema de coco ($12.000) elegido a suerte entre un puñado de los de siempre: tiramisú, *brownie* con helado, flan de caramelo y torta de chocolate. Por suerte, esta crema estaba sabrosa (apenas), húmeda, suave y refrescante después de mi festín de *pizzas*.

El local es cómodo, quizá un tanto justo mesa con mesa, al fondo una lindísima pared de tronquitos y del segundo piso una lámpara de cristales rojos que se escurre escandalosa e inolvidable. La música es una gran virtud, así como sus baños y el hecho de que la carta esté traducida a inglés e italiano (clap, clap, clap). También es un atributo notable el servicio comandado por meseros de origen costeño, lo cual trae a esta gélida capital un poquito de ese calor Caribe tan agradable y desprevenido. Pero nada más. Es un lugar 'amiguero' para salir de la oficina y despachar un trago y una *pizza*, para arrancar la noche y seguirla luego en otro sitio, y por eso, como yo, la gente come y se va. Pues bien, esto es lo que se debe hacer en Juan del Mar: olvidar que los calamares son un desastre, que no hay gran esfuerzo culinario, que esto y lo otro, quitarse de encima lo cachaco y recordar que en Cartagena éste si es un buen plan.

DIRECCIÓN: CALLE 81 NO. 8-78, BOGOTÁ / TELÉFONO: 477 4757

Calificación total 7 de 18

COCINA | CREATIVIDAD | PRESENTACIÓN | SERVICIO | AMBIENTE | CARTA DE VINOS

¿Cuál es su opinión sobre este sitio?

Corte por la línea punteada y coleccione esta columna

Suscríbase a COCINA

Reciba 11 ediciones al año
por sólo
$73.000*

Cada mes lo mejor del arte culinario
y la gastronomía de Colombia y del mundo
en la puerta de su casa.

**Llame ya en Bogotá al 638 3521, en Cali al 660 5122,
en Medellín al 311 7755 o a la Línea Nacional Gratuita 01 8000 514141.**

*Plan Automático: pago únicamente con tarjeta de crédito autorizando la renovación para el siguiente periodo

Fotos: Estéban Elyaiek | Chef pastelero: Sebastián Sánchez

Dulce final con el Gato Dumas

2 horas de refrigeración

Copo de nieve cítrica con *gelée* de hierbabuena y limón

Para 4 personas

Ingredientes

1 cucharadita de gelatina sin sabor
4 cucharadas de agua para la gelatina
1/2 taza de agua
25 hojas de hierbabuena
1 cucharada de azúcar pulverizada
1 cucharada de jugo de limón
3 mandarinas
150 g de yogurt tipo griego
3 toronjas
3 naranjas

Preparación

Para preparar el *gelee* de hierbabuena en una taza coloque el agua fría y espolvoree la gelatina en forma de lluvia. Revuelva con una cuchara para que no se formen grumos y espere a que duplique su tamaño. Reserve.

Corte y limpie las hojas de hierbabuena y póngalas en agua hirviendo durante un par de minutos. Córteles la cocción con agua fría y hielo, y procéselas junto con agua fría, azúcar y limón.

Caliente la gelatina durante 12 minutos en el microondas y agréguela a la mezcla. Sirva en copas y llévelas a la nevera.

Para el copo de nieve, exprima las mandarinas y lleve el jugo al congelador hasta que cuaje. Aparte, congele el *yogurt*. Agregue ambos productos a la licuadora junto con el azúcar pulverizada y lleve la mezcla al congelador.

En la base de una copa agregue la gelatina, los gajos de la toronja, la naranja sin piel y una bola de nieve de mandarina. Deje refrigerar durante dos horas.

Gato Dumas, la diferencia entre ser bueno y ser el mejor.

Para los amantes de la cocina dulce, Gato Dumas Colegio de Cocineros ofrece cursos cortos de chocolatería y postres al plato; y para quienes buscan en la pastelería una opción profesional, ofrecen el Diplomado en Pastelería de Vanguardia y Programa de Pastelería. Las inscripciones están abiertas.

www.gatodumas.com
Bogotá: cra. 18 No. 89-39.
Tels: (1) 600 2593 & (1) 610 2608.
Barranquilla: cra. 58 No. 72-110.
Tel: (1) 369 3072.

Gelee: gelificado de frutas o verduras dulces. Puede hacerse de cualquier sabor graso también.

100% NATURAL
Hunt's
TOMATOES
SÓLO HUNT'S
TIENE LOS MEJORES
TOMATES
100% NATURAL
Hunt's
DICED
100% NATURAL
Hunt's
WHOLE

Cava de Quesos

PREMIUM DELI

Quesos de clase mundial.

Aceitunas & Antipasto

Exquisita Colección

BOGOTÁ
Cra. 19 A Nº. 78 - 55 local 52 C.C. LOS HÉROES
Calle 109 Nº 18 B - 22 - Calle 125 Nº 20 - 59
SURTIFRUVER BOGOTÁ
Cra 15 con 102 - Calle 85 con 15
Av 9 con 137 - Calle 123 con Av 19
Calle 80 - Calle 90 con 18(esquina)
SURTIFRUVER CHÍA
Cra 9 Nº 13 - 02
SURTIFRUVER CALI
la Flora - Cra 80 Nº 10 a 11

PREMIUM
CHOICE

IMPORTADORES DE QUESO
Tel: (57 1) 533 3180/83
Bogotá - Colombia